SFÂNTUL EFREM CEL NOU

IZBĂVITORUL CELOR CUPRINȘI DE ÎNTRISTARE ORI DEPRESIE

MĂRTURII ȘI RUGĂCIUNI DE FOLOS

VIAŢA SFÂNTULUI MARE MUCENIC ŞI TĂMĂDUITOR
EFREM CEL NOU

În vieţile Sfinţilor consemnate de aghiografie, cei care mărturisesc în scris evenimentele şi momentele mai de seamă din viaţa persoanelor, cărora încearcă să le contureze portretul duhovnicesc, au cunoscut îndeaproape, ori din tradiţie, viaţa acelor oameni sfinţi despre care mărturisesc. Însă in cetele Sfinţilor se află mulţi, nenumăraţi, care s-au rugat Domnului cu tot dinadinsul să rămână deplin necunoscuţi în lumea pământească. Celor mai mulţi dintre aceştia Dumnezeu le împlineşte dorinţa, însă pe unii - din nemărginita Sa bunătate îi dăruieşte pământenilor spre folos şi mântuire. Dintre aceştia îi pomenim doar pe câţiva dintre Sfintii nou-arătaţi: Rafail, Irina şi Nicolae, precum si Sfântul Efrem cel Nou.

Practic, izvoarele istorice concrete despre Sfantul Efrem s-au pierdut sau lipsesc cu desăvârire. Iconomia lui Dumnezeu a lucrat aici cu totul diferit, Domnul suflând din Duhul Său cel Sfânt acolo unde a stiut că se va ridica răspuns şi faptă dumnezeiască. Persoana prin care Sfântul Efrem a binevoit să se descopere întregii lumi este Maica Macaria. Pe numele din lume Mărgărită Desipri, ea s-a născut la 12 martie 1911 în sătucul Fataladi din Insula Tinos din Marea Egee. A intrat în mănăstire pe 11 decembrie 1930, primind mai apoi, la 31 iunie 1932, tunderea în monahism cu numele Macaria. Aprinzându-se de râvnă pentru cunoştinţa Sfinţilor lui Dumnezeu şi voind a afla nemijlocit cum vieţuiau şi se osteneau vechii pustnici greci, ea s-a retras la Nea Makri, intr-un loc în care se ştia prin tradiţie că este una dintre cele mai vechi vetre pustniceşti ale ţinutului.

După multă rugăciune şi statornicie în râvna lăuntrică pentru a afla cum vieţuiseră Sfinţii nevoitori ai acelor locuri, Mântuitorul Hristos i-a descoperit Maicii Macaria osemintele Sfântului Mare Mucenic Efrem. Acest lucru se petrecea la 3 ianuarie 1950, când Maica Macaria se apropia de vârsta de 40 de ani, foarte apropiată de a celui ale cărui moaşte i-au fost descoperite de Mântuitorul. Iată cât de minunat a lucrat Domnul, dăruind drept răspuns Maicii Macaria nu un cuvânt, ci un Sfânt de o vârstă foarte apropiată de a ei. Cu adevărat, cuvintele cele mai frumoase ale lui Dumnezeu sunt chiar Sfinţii.

Prin viaţa şi mărturia sa neîncetată, Maica Macaria a vestit tuturor cele descoperite de către Sfântul Efrem, pe locul unde fuseseră aflate

sfintele moaşte ridicându-se o Mănăstire închinată Marelui Mucenic. Până la sfârşitul vieţii sale, stareţa Macaria a fost o adevărată pildă de credinţă şi rugăciune, urmând pe cât i-a fost cu putinţă nevoinţele şi ostenelile pustniceşti ale Sfântului Efrem. Cuvioasa Macaria a trecut la cele veşnice la 23 aprilie 1999, la praznicul Sfântului Gheorghe, fiind în vârstă de 88 de ani.

Din descoperirile dumnezeieşti pe care Sfântul Efrem le-a făcut nemijlocit Maicii Macaria, precum şi altor vieţuitoare ale obştii sau apropiaţi ai Mănăstirii, s-a conturat o biografie al cărei autor este însuşi Sfântul Efrem. Numele său din lume a fost Constantinos Morfis şi s-a născut în oraşul Trikala, în 14 septembrie 1384, în ziua prăznuirii Slîntei Cruci. Sfântul Efrem a rămas de mic orfan de tată şi a crescut în multe nevoi dimpreună cu mama sa văduvă şi cei şase fraţi ai lui. Dar harul Iui Dumnezeu a mângâiat adeseori inimile lor, iar mai apoi a ridicat din mijlocul lor un mare Sfânt al Bisericii Mântuitorului Hristos.

În anul 1393, oraşul Trikala din regiunea Thessalia a fost cucerit de otomani, iar în 1395, în Tesalonic au început „recrutările" de noi soldaţi pentru armata turcă. Aceşti soldaţi, numiţi şi Ieniceri, nu erau nimic altceva decât băieţi şi tineri - creştini cu vârsta cuprinsă între 14 şi 20 de ani. Ei erau luaţi cu sila de mici din familiile lor, fiind crescuţi într-un regim cazon şi auster de către turci, spălându-li-se minţile şi fiind îndoctrinaţi cu credinţa islamică. Ajunşi la vârsta la care puteau fi sacrificaţi pentru ţelurile sultanului, ei deveneau armata de bază şi totodată corpul de elită al soldaţilor Imperiului Otoman.

Pe când avea 14 ani, în 1398, pentru a nu fi luat cu sila în oştile turceşti, Sfântul Efrem şi-a părăsit mama văduvă şi fraţii şi a intrat în Mănăstirea Buneivestiri de pe Muntele Amonon din Attica, unde a vieţuit vreme de aproape 27 de ani, trăind în curăţie, ascultare şi mari nevoinţe pustniceşti, devenind locaş al Sfântului Duh. După ce a împlinit 30 de ani, Sfântul Efrem a primit hirotonia întru preot.

În anul 1424, turcii au cotropit Mănăstirea şi au distrus-o, măcelărindu-i ori decapitându-i pe toţi călugării din obşte; deoarece Sfântul Efrem se nevoia într-o peşteră pustnicească, a fost izbăvit de această moarte cumplită. Însă în timpul unei razii din toamna anului 1425, Sfântul a fost aflat de turci în Mănăstire şi a fost robit deîndată. Din ziua de 14 septembrie, când împlinea 41 de ani, Sfântul Efrem şi-a început urcuşul mucenicesc, căci vreme de opt luni şi jumătate turcii l-au chinuit în fel şi chip, nădăjduind să-l facă să se lepede de Hristos şi să-l mărturisească pe Alah drept dumnezeu. Astfel, ziua de 14

septembrie a devenit pentru Sfântul Efrem o a doua naşteri prin crucea pătimirilor.

Rămânând netulburat şi luminos prin rugăciune şi credinţă, Sfântul Efrem a fost torturat în chip cumplit de către turci, chiar în curtea Mănăstirii în care se nevoise atâţia ani. Apoi turcii l-au închis într-o cămăruţă mică, fără hrană sau apă, bătându-l în fiecare zi şi sperând că-l vor birui şi se va lepăda de Hristos pentru a deveni musulman. Vreme de mai multe luni, Sfântul Efrem a îndurat chinuri şi torturi groaznice. Când turcii au priceput că, orice vor face, Sfântul va rămâne credincios lui Hristos, au hotărât să-l omoare la praznicul Invierii, spre mai multă batjocorire a creştinătăţii.

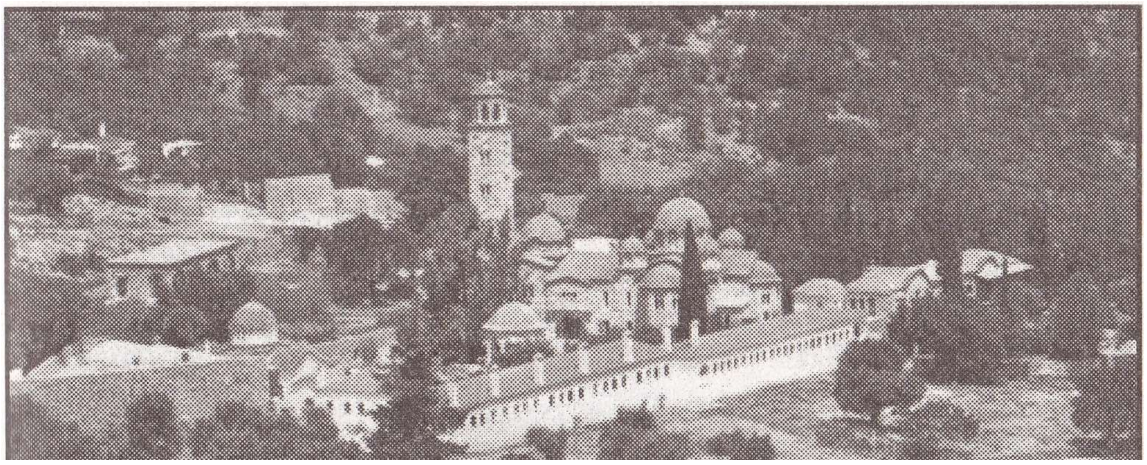
Din pricină că turcii nu au izbutit să-l înfrângă pe Sfântul Efrem prin nici un fel de căznire, dar şi pentru ca el să nu fie o pildă de stăruinţă în credinţa tu Hristos, păgânii l-au spânzurat cu picioarele în sus de un dud şi i-au înfipt un tăciune aprins în pântece. Rugâciunea către Dumnezeu a fost nedezlipită de buzele Sfântului Efrem şi astfel a avut putere să biruiască până în sfârşit toate caznele agarenilor, iar sufletul şi l-a dat lui Dumnezeu tot întru rugăciune.

În vremea celor din urmă pătimiri ale Cuviosului Mucenic, batjocoritorii turci strigau către el: „Unde este Dumnezeul tău?! De ce nu te ajută?!", iar Sfântul Efrem se ruga astfel: „O, Dumnezeule, nu tine seama de cuvintele acestor oameni, ci facă-se voia Ta, căci Tu le-ai rânduit pe acestea!".

Din cele descoperite Maicii Macaria în chip dumnezeiesc, aflăm că atunci când turcii l-au atârnat pe Sfântul Efrem de dud, l-au bătut până l-au sleit de puteri. Ca să îl trezească din starea de sfârşeală, au început să-l tragă de barbă şi să i-o smulgă. Din pricina multelor bătăi, hainele Sfântului erau numai zdrenţe, trupul fiindu-i acoperit mai mult de răni şi sânge decât de veşminte. Priveliştea era cutremurător de jalnică. Cu toate acestea, îndrăcirea turcilor nu avea măsură şi pofta lor nebună nu se sătura de sânge. Atunci, unul dintre chinuitori a luat un tăciune aprins şi, luându-şi avânt, l-a înfipt cu toată puterea în pântecele Sfântului Efrem. Durerea va fi fost atât de mare, încât mintea omenească nu poate să şi-o închipuie şi să o cuprindă în cuvinte. Sângele curgea din pântece, însă turcii nu s-au oprit nici acum. Trupul Sfântului se zvârcolea de durere şi toate mădularele îi erau o rană. Apoi, din pricina suferinţei, Sfântul şi-a pierdut puterea de a mai grăi şi s-a rugat Domnului în taină să îi ierte păcatele. Din gura lui au tâşnit sânge şi salivă, iar pământul dimprejur era deja înroşit de sânge şi de

bucăţi din carnea lui. Gândindu-se că a murit, turcii l-au dat jos din copac, iar trupul Sfântului a căzut la pământ. Îndrăcirea lor nu avea saţ în cruzime, aşa încât au început să lovească cu piciorul în Sfânt şi să-l bată cu toată puterea. După o vreme, Sfântul Efrem si-a deschis ochii şi a rostit: „Doamne, în mâinile Tale încredinţez duhul meu", şi odată cu aceste cuvinte sufletul lui a părăsit trupul. Era la ora 9 dimineaţa, în ziua de 5 mai a anului 1426 - fiind atunci Marţea Luminată, a treia zi de Paşti. Turcii au făcut acest lucru spre a defăima şi urâţi marele praznic ai Învierii Domnului, însă nu ne îndoim că la plecarea lui din viaţa aceasta, Dumnezeu le-a arătat că acela pe care l-au chinuit cu atâta bestialitate a dobândit viaţa fără de moarte.

Turcii au batjocorit şi ciopârţit trupul Sfântului după ce acesta şi-a încredinţat duhul în mâinile lui Dumnezeu, dar mai apoi rămăşiţele pământeşti au fost adunate şi îngropate cu cinste de către ţărani crestini din împrejurimile Mănăstirii.



Manastirea Sfântul Efrem cel Nou de la Nea Makri

Este cu neputinţă a cuprinde în câteva cuvinte însemnătatea jertfei Sfântului Efrem, însă vom pomeni doar un singur lucru. În răstignirea lăuntrică pe care Sfântul Efrem a trăit-o în intreaga sa viată călugărească şi pustnicească, a cuprins şi a îmbrăţişat întreaga fire omeneasca, socotind păcatele tuturor ca fiind ale sale şi pocaindu-se pentru ele înaintea lui Dumnezeu. Aceasta este însăsi dragostea şi prietenia lui Hnstos Fiul lui Dumnezeu, Care ne-a grăit: „Mai mare dragoste decât aceasta nimeni nu are, ca sufletul lui să si-l pună pentru prietenii săi" (loan 15, 13). Ce suspinuri lăuntrice se vor fi împletit cu lacrimi în peştera sa pustnicească, ce foc curăţitor al rugăciunii a revărsat Sfântul Efrem asupra întregii firi omeneşti, câte cercetări ale luminii dumnezeieşti îl vor fi îmbrăţişat pe Marele Cuvios - nu ne este

nouă cu putinţă a le şti. Dar neîndoielnic este că acestea toate se vor fi petrecut, căci ele sunt hrană tare şi pe potriva caznelor mucenicești pe cari Sfântul Efrem le-a pătimit mai pe urmă.

Sfântul Efrem L-a slăvit pe Dumnezeu prin viata si prin moartea sa, iar Domnul i-a dăruit harul săvârşirii de minuni, pentru ca el sa ne slujească pe noi, cei cu totul nevrednici şi de a ridica privirile către acest dumnezeiesc Cuvios şi Mucenic. Iar uartă-ne, Sfinte Efrem, căci suntem nişte sărmani amărâţi şi te rugăm nu ne lipsi de rugăciunile și binecuvântarea şi prietenia ta cea minunată.

Moaştele Sfântului Efrem cel Nou

Este lucru adeverit tuturor că aceia care se închină şi cinstesc cu dragoste şi credinţă moaştele Sfântului Efrem, dobândesc grabnic ajutor, tămăduin- du-se de nenumărate boli, adesea incurabile, Sfântul dăruind grabnic răspuns celor care îl roagă. Trebuie ştiut că Sfântul Efrem este nepărtinitor şi răspunde cu grăbire tuturor celor care i se roagă cu credinţă, indiferent în ce colţ al lumii s-ar afla, cel care îl cheamă în ajutor. Deoarece a ajutat mulţi tineri aflaţi în situaţii limită, Sfântul Efrem cel Nou este socotit pe drept cuvânt şi ocrotitorul celor dependenţi de droguri, al celor cuprinşi de depresie si a celor deznădăjduiţi.

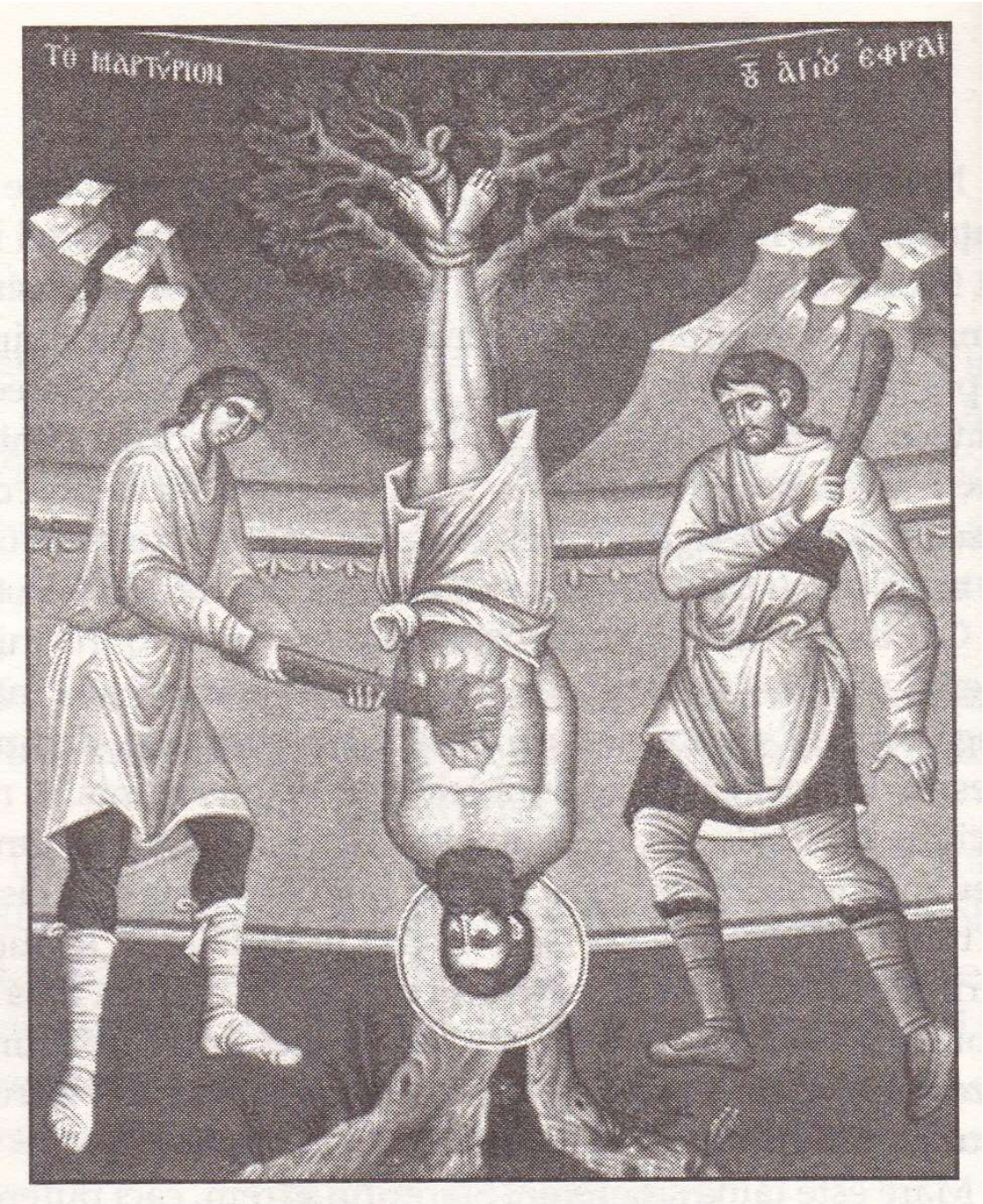
Minunile, binefacerile şi ajutorul pe care le dăruieşte Sfântul Efrem ni-l descoperă ca pe un Părinte foarte apropiat şi nespus de bun, care nu numai că ne ştie toate durerile, ci ne şi poate ajuta ca nimeni altcineva. Poate părea smintitor pentru unii, însă Dumnezeu este Cel Care i-a dat Sfanţului Efrem puterea de a face atât de multe minuni în generaţia noastră. Sfântul Efrem se arată în chip văzut şi vorbeşte cu oamenii în mod repetat şi cât se poate de'firesc. El dăruieşte mângâiere ori tămăduire celor care poartă crucea bolilor incurabile, încât doctorii ajung să fie uimiţi că se găseşte vindecare acolo unde ştiinţa medicală nu poate decât să spună că nu mai e nimic de făcut. Dumnezeu ni le dăruieşte pe toate acestea, pentru ca prin ele să ajungem să cunoaştem bunătatea şi nespusa Sa milostivire şi să nu ne pierdem nădejdea întru El în acest veac al apostaziei şi urâciunilor, al lipsei de dragoste şi al prisosului trupesc. Puterea minunilor şi a dragostei tale aprinde și în inimile noastre flacăra credinţei, Sfinte Părinte Efrem, iar lucrările tale minunate odrăslesc în vietile noastre dintru tărâmul cel pururea înflorit al dumnezeieştilor daruri. Mângâie-ne cu mireasma iubirii de osteneală şi însuşi fă ca să rodească in noi sămânţa credinţei, ca întru umilinţă

să-ţi grăim. Bucură-te, Mare Mucenice al lui Hristos, căci picaturile sângelui şi ale ostenelilor tale s-au făcut dumnezeiască ploaie de daruri pentru noi, cei de la sfârşitul veacurilor!

DESPRE MARTIRIUL SFÂNTULUI MARE MUCENIC EFREM CEL NOU

Fragment din cuvântul rostit de Părintele Ciprian Negreanu
Biserica Studenţilor din Cluj-Napoca (5 mai 2009)

Sfântul Efrem a pătimit şi n-a fost cunoscut nimănui vreme de mai bine de 500 de ani. Descoperirile despre el sunt minunate, cele despre pătimirea sa mucenicească, Sfântul descoperindu-le mai multor oameni. Gândiţi-vă numai că maicii de acolo, de la mănăstire, Sfântul i s-a arătat în chilie, l-a văzut limpede - era tocmai după rugăciune şi se întinsese putin, era înalt, foarte slab, puţin aplecat de spate, cu haină monahală, cu părul lăsat pe umeri. Haina călugărească era neagră, dar era atât de învechită, încât devenise verzuie. Arăta ca un monah adevărat, iar de un om cu astfel de înfăţişare te-ai fi temut dacă l-ai fi văzut dintr-odată în chilia ta. Si totuşi, Maica Macaria a simţit multă odihnă când i-a fost dat să-l vadă. El s-a apropiat de patul ei, dar nu s-a apropiat păsind, ci a fost dintr-odată lângă patul ei şi i s-a aplecat la ureche, grăind: „În anul 1426, la 5 mai, la 9 dimineaţa, a murit martirizat Sfântul Efrem cel Nou". Atunci Maica Macaria s-a gândit: „Să mă ridic să notez". Iar el a zis din nou: „În anul 1426, la 5 mai, la 9 dimineaţa, a murit martirizat Sfântul Efrem cel Nou", repetându-i aceasta de şapte-opt ori, încât maica Macaria se gândea că de acum va ţine minte. Să ţinem si noi minte că în anul 1426, la 5 mai, la 9 dimineaţa, a murit - martirizat în chinuri groaznice - Sfântul Efrem cel Nou. Felul în care Sfântul a arătat cum a murit, e greu de explicat. De pildâ, o femeie care s-a dus să se închine icoanei lui, dintr-odată l-a văzut acolo pe Sfântul Efrem pironit pe un copac, atârmat de picioare, trupul fiindu-i străpuns de piroane mari ca şi cele cu care a fost ţintuit Domnul Hristos. I-au străpuns pântecele cu un tăciune mare înroşit şi atât l-au lovit şi l-ai bătut încât tot copacul era plin de sângele lui, iar carnea: stătea împrăştiată împrejur. Astfel a fost martirizat Sfântu Efrem. Iar turdi stăteau de o parte şi se uitau, după ce ms înainte aprinseseră sub el un foc, ca să vadă ce va faa Sfântul Efrem se ruga şi astfel şi-a dat duhul, în acele chinuri Mai apoi, o altă măicuţă de la acea mănăstire povesteşte cun a fost îngropat trupul Mucenicului, mărturisindu-le aceste; tot în urma unei descoperiri a Sfântului Efrem. Vreme de mai multe zile, trupul Sfântului a rămas jos lângă dud, căci oameni în afară de turci nu ştia ce se petrecuse acolo, nici unul dintre creştini neîndrăznind să urce în locul unde se aflau armatele turceşti.



La mai multe zile de la plecarea turcilor, câţiva săteni creştini au urcat pe Colina Neprihăniţilor şi doar un câine - poate al mănăstirii - alerga spre locul unde a fost martirizat Sfantul Efrem. Cu adevărat, peste veacuri, şi câinele acesta a rămas în memoria Dumnezeirii, căci numai de acolo se putea vesti acest adevăr. Dumnezeu nu uită nimic, nici pe câinele acesta care mergea plângând şi înconjurând tot timpul copacul martiriului, parcă păzindu-l pe Sfântul Efrem. Celelalte batjocuri pe care le-a suferit Sfântul Efrem sunt nenumărate, însă aş vrea să mai spun că atund când au venit cei trei ţărani, dar nu se vedea trupul său agăţat pe lemn, câinele nu făcea decât să fugă de la ţărani la trupul lui, ca şi cum ar fi vrut să le spună unde e trupul Mucenicului. Atunci oamenii au înţeles că este ceva acolo şi, luând de jos trupul, au strâns

tot ce se putea strânge - pentru că erau bucăţi din trupul lui peste tot - şi apoi l-au pus în mormânt. Povesteşte măicuţa căreia i-a fost rânduit să vadă acestea că acel câine s-a dus şi şi-a băgat botul într-o scorbură şi a mai scos o bucată din trupul Sfântului Efrem şi a adus-o acolo. Iar maica se minuna cu câtă delicateţe ţinea acel câine bucăţica din trupul Mucenicului. Aşadar, aceste lucruri au fost descoperite atât de detaliat, încât nici dacă am fi fost de faţă nu am fi văzut asemenea amănunte. Insă toate acestea s-au arătat şi au rămas în memoria dumnezeiască, în pomenirea lui Dumnezeu, şi sunt amintite până acum, încât le ştim şi noi. Sfântul Efrem este pomenit astăzi, şi prin el şi pentru el Dumnezeu a făcut şi face minuni nenumărate şi mari, întărind din nou credinţa în poporul dreptcredindos. Dumnezeu să ne ajute şi să ne întărească pentru rugăciunile Sfântului Mare Mucenic Efrem cel Nou. Amin.

MĂRTURII ALE MINUNILOR SĂVÂRŞITE DE SFÂNTUL EFREM CEL NOU

IZBĂVIREA DINTR-O MOARTE SIGURĂ, ÎN URMA UNEI TENTATIVE DE SINUCIDERE

Un prieten şi cunoscut al mănăstirii Sfântului Efrem de la Nea Makri a călătorit în străinătate pentru a-şi îngriji ochiul bolnav. Sfântul Efrem i s-a arătat faţă către faţă şi l-a vindecat pe loc. Durerile înfricoşătoare au încetat şi pleoapa care rămânea mereu închisă şi-a redobândit mişcarea firească.

La câteva zile de la proclamarea oficială a mobilizării militare din Grecia (anul 1974), Sfântul Efrem i s-a arătat din nou acestui om. îl bătu uşor pe umăr pentru a-l trezi şi îi zise:

„Scoală-te repede şi du-te în casa vecină, cineva e pe moarte!”

Crezând că este un vis, omul se culcă la loc. Dar Sfântul îl trezi din nou şi îi repetă cu o anume severitate:

„Scoală-te repede. De ce n-ai făcut ce ţi-am spus? Cineva e pe moarte!”

Atunci el se ridică şi se duse la uşa casei vecine. Bătu, dar nu primi nici un răspuns. După mai multe bătăi în uşă, se auzi un geamăt slab venind din casă. încercă să deschidă uşa, dar fu în zadar. Alergă atunci la poliţie şi povesti cele întâmplate. Poliţiştii se întoarseră cu el şi forţară uşa. Descoperiră în casă o femeie tânără care îşi tăiase venele, căci soţul ei fusese luat ca soldat din pricina mobilizării.

Cine ar putea rămâne nesimţitor în faţa acestei mari minuni a Sfântului Părinte? Sfinte Efrem, te rugăm să nu ne laşi, să fii mereu cu noi, ca ocrotitor, ca ajutor, ca acela care ne cârmuieşte viaţa.

Nu ai răbdat să vezi chipul lui Dumnezeu batjocorit ze către diavol şi de aceea, grabnic ai sărit în ajutorul femeii ce se vătămase singură, Mare Mucenice Efrem, lucrând astfel izbăvirea ei, iar Domnul preamărindu-te ca pe un mare ocrotitor şi ajutător al celor căzuţi în deznădejde. Miluieşte-i cu grăbire, Preacuvioase, pe toţi cei singuri şi părăsiţi care poartă povara cea amară a gândurilor de mâhnire!

DINCOLO DE DEZNĂDEJDE

Mă numesc Elena, am 23 de ani şi vreau să îi mulţumesc Sfântului Efrem cel Nou pentru că m-a ajutat foarte mult, deşi viaţa mea era plină de păcate foarte grave şi de multe patimi. După patruzeci de zile în care i-am citit acatistul, am reuşit să ies din depresia în care eram. Fiind doborâtă de deznădejde, plângeam zi de zi. nu mai găseam în nimic bucurie şi nu mai aveam putere să mă lupt pentru a-mi găsi un serviciu mai bun, pentru a scăpa de singurătatea care mă mistuia şi de izolarea în care trăiam. Citind acatistul Sfântului Efrem, am prins putere şi speranţă, am găsit în el un prieten o nădejde, apoi, uşor şi cu răbdare, mi-am găsit - printr-o minune - serviciu în această ţară străină, fără :a măcar să am acte aici, m-am mutat din locul acela izolat unde trăiam înainte - toate s-au rezolvat datorită ajutorului lui Dumnezeu dăruit nouă prin intermediul Sfinţilor Săi.

Să nu vă lăsaţi cuprinşi de deznădejde şi să nu vă resemnaţi, trăind în tristeţe şi necazuri! Rugaţi-vă, şi Sfântul Părinte Efrem cel Nou vă va ajuta! Îţi mulţumesc, Sfinte Părinte Efrem cel Nou, că te-ai îndurat de mine! Sfinte Nectarie, Sfinte Ioan Rusul, Sfântă Parascheva, Sfântă Maică Maria Egipteanca, Preasfântă Născătoare de Dumnezeu, vă mulţumesc pentru că aţi ascultat rugăciunile unei păcătoase!

A. Elena, 31 august 2011, Italia

Nimic dintre cele ale noastre nu le socoteşti neînsemnate, Sfinte Efrem, ci vii şi pui umărul, ridicându- ne toată povara şi îndreptând paşii noştri în căile lui Dumnezeu. Luminează-ne inimile cu strălucirea Evangheliei, ca, urmând făptuirilor tale, să-L cunoaştem mai bine pe Dumnezeul tău şi Dumnezeul nostru.

PENTRU ORICINE E LA ANANGHIE

În urmă cu vreo doi ani, am auzit despre Sfântul Mare Mucenic Efrem cel Nou de la nişte Măicuţe apropiate sufletului meu, care, mergând într-un pelerinaj în Grecia, au trecut pe la Mănăstirea Sfântului. Odată ajunse acasă, Maicile mi-au povestit cum Sfântul a rânduit ca ele să ajungă ca printr-o minune la mănăstirea lui, deşi

feribotul întârziase. Mărturisesc, cu ruşine, că pe atunci n-am fost câtuşi de puţin interesată să aflu mai multe despre Sfântul Efrem, cu toate că am primit iconiţe cu chipul Sfântului aduse chiar de la el de acasă. Lunile au trecut repede, iar anul acesta, în iunie, prietena mea E. M. mi-a zis despre ultima carte citită de ea: *Viaţa, minunile şi arătările Sfântului Mare Mucenic Efrem cel Nou,* o carte ale cărei pagini le citise pe nerăsuflate, deoarece fusese impresionată ajutorul neîntârziat, dragostea nemărginită şi milostivirea grabnică pe care Sfântul le-a arătat tuturor celor care i-au cerut ajutorul. La sfârşitul lunii iunie, anul acesta, prin îngăduinţa lui Dumnezeu, s-au abătut asupra familiei mele şi asupra mea norii ispitelor de tot felul: eu m-am despărţit de cel cu care trebuia să mă căsătoresc în toamnă, părinţii mei se certau tot mai des, tata a început să bea fără măsură. Toate acestea au fost pricină de tulburare, nelinişte şi deznădejde pentru mine. Prietena mea, văzând starea jalnică în care ajunsesem şi neştiind ce să-mi zică şi cum să mă răstească, m-a îndemnat să mă rog Sfântului Efrem - tin minte că avea pe masă viaţa şi minunile Sfântului - sau măcar să mă dau cu ulei din candela Sfântului, adus chiar din Grecia. Însă eu, fiind cuprinsă de nelinişte şi reîncredere, am refuzat-o. Zilele treceau, problemele în familia mea se agravau şi ele, iar tulburarea din sufletul meu era la apogeu. Au fost zile întunecate, de care nu nai vreau să-mi amintesc, dar prin purtarea de grijă a Bunului Dumnezeu, prin mijlocirea Maicii Domnului si prin dragostea de oameni a Sfântului Efrem, ele au irecut. M-am pomenit într-una din zile că citesc ceva la întâmplare: câteva rânduri din cartea cu minunile Sfântului. Cred că eram în drum spre casa părinţilor mei, în maşină. Acela a fost momentul în care şi-a făcut din nou apariţia în sufletul meu întunecat luminiţa speranţei, a încrederii, a dorinţei de a-mi deschide sufletul înaintea Bunului Dumnezeu, de a-I cere iertare şi putere; a fost momentul în care l-am cunoscut pe Sfântul Mare Mucenic Efrem cel Nou. A doua zi, am dat fuga la librărie şi mi-am cumpărat o carte cu minunile Sfântului. Nebăgând în seamă starea cumplită de deznădejde, nelinişte şi împotrivire sufletească, Sfântul Efrem m-a ascultat, aducând în casa noastră pacea, iar în sufletul meu, pocăinţa, liniştea şi convingerea că toate au fost îngăduite de Bunul Dumnezeu spre folosul nostru. De-atunci, îndemn cu tot sufletul pe oricine e la ananghie să se roage Sfântului cu toată inima, căci ajutorul le va veni neîntârziat.

Acum, la ceas de linişte şi pace sufletească, mulţumesc lui Dumnezeu, Maicii Domnului, tuturor Sfinţilor dragi sufletului meu, dar în special Sfântului Mare Mucenic Efrem cel Nou, pentru ajutorul şi milostivirea grabnică pe care mi le-a arătat. De atunci, din calda vară a

anului 2012, am intenţionat să scriu aceste rânduri, încercând astfel să-i mulţumesc pentru toate Sfântului Efrem, celui ce e atât de grabnic ajutător, însă am tot amânat. De aceea, îl rog din inimă pe Sfântul nostru drag să-mi ierte întârzierea.

Adina V., 30 decembrie 2012, Dej, România

Grabnic aduci pace şi liniştire acolo unde este tulburare şi mâhnire, Preacuvioase Efrem, căci, voind buna noastră sporire şi apropiere spre Dumnezeu, ni te faci izbăvitor din multe primejdii şi necazuri. Pentru aceea, şi noi îţi mulţumim şi te cinstim ca pe minunatul nostru ocrotitor şi binefăcător, grăindu-ţi: Bucură-te, adevărată prietenie, care nu se mai sfârşeşte!

SFÂNTUL EFREM CEL NOU, PRIETENUL CEL MAI APROAPE DE SUFLETELE NOASTRE

Cuvintele mele nu pot cuprinde emoţia şi bucuria minunilor Sfântului Efrem cel Nou, dar nădăjduiesc că vor ajunge la sufletele dumneavoastră. Mă numesc Cristina, am 26 de ani şi locuiesc în Cluj-Napoca. În primăvara anului 2012, starea mea sufletească se înrăutăţise. Eram tensionată şi tristă din cauza unei hotărâri pe care urma să o iau, într-o relaţie de prietenie. Într-o zi, una dintre prietenele mele m-a sunat şi mi-a povestit despre Sfântul Efrem cel Nou, pe care îl descoperise Dumnezeu de curând. Mi-a mărturisit cu mult drag că i-a citit viaţa şi minunile si că a avut sentimentul că Sfântul Efrem este lângă sa. La îndemnul prietenei mele, mi-am cumpărat cartea cu viaţa, minunile şi acatistul Sfântului Efrem cel Nou de la Biserica Studenţilor. Am început să o citesc, încercând să găsesc vindecare sufletească. În stări de deznădejde, de tristeţe şi măcinată de gânduri, căutam ajutorul Sfântului Efrem şi citeam acatistul lui. Mare a fost minunea să simt că starea mea sufletească se îmbunătăţea vădit, tristeţea dispărea, făcând loc bucuriei şi liniştei în sufletul meu. Atunci am înţeles că ajutorul Sfântului Efrem e neaşteptat de grabnic şi se coboară la cele mai mici dureri ale noastre, ca un prieten care vină să sară repede în ajutor.

Într-o zi, tatăl meu, care locuieşte în alt judeţ, mi-a spus că are dureri puternice la un braţ şi că nu mai are în el aceeaşi putere ca mai înainte. Motivul impacientării lui din cauza acestui simptom se datora temerii de a nu fi moştenit boala mamei sale, a bunicii mele - scleroză amiotrofică. Bunica mea suferise multiple accidente cerebrale, în urma cărora i s-au atrofiat mai mulţi nervi, ducând în scurt timp la paralizie şi deces. Sub îndrumarea medicului, tata a început un tratament, dar starea de panică şi frică se instalase în sufletul său. Omul liniştit şi senin

care era tata începuse să aibă insomnii şi să apeleze la tratament medicamentos împotriva acestora. Intr-o seară de duminică, m-am hotărât să citesc Paraclisul Sfântului Efrem cel Nou pentru tatăl meu şi m-am rugat să se facă voia lui Dumnezeu cu el. Mărturisesc, cu ruşine, că nu am terminat paraclisul de citit în acea seară şi Sfântul Efrem deja ne îndeplinise rugăciunea. În următoarea zi, dis-de-dimineaţă, am primit un telefon de la tatăl meu, care mi-a spus cu bucurie şi emoţie în glas că durerea aproape dispăruse. Ne-am bucurat amândoi şi i-am mărturisit că Sfântul Mucenic Efrem cel Nou l-a vindecat şi ne-a ascultat cu grăbire rugăciunea.

L-am îndemnat pe tatăl meu să citească din cartea cu viaţa şi minunile Sfântului Efrem, pe care o lăsasem acasă după ultima vizită. Am continuat să mai citesc paraclisul în semn de mulţumire pentru minunea săvârşită şi, în scurt timp, tatăl meu s-a vindecat complet. Cred cu desăvârşire că Sfântul Efrem cel Nou l-a vindecat pe tatăl meu, iar tratamentul medicamentos nu a avut nici o contribuţie, deoarece starea de sănătate nu s-a ameliorat după administrarea pastilelor. O altă minune a Sfântului Efrem este că tatăl meu a citit cartea cu viaţa şi minunile Sfântului, s-a rugat lui, iar analizele efectuate ulterior au ieşit foarte bune.

îndemn cu tot sufletul să-l căutaţi pe Sfântul Efrem cel Nou, să vă rugaţi lui, să strigaţi după ajutorul lui, căd el, cu toată dragostea şi mila sa, va veni grabnic să vă ajute, Slavă lui Dumnezeu că ni l-a dăruit pe Sfântul Efrem cel Nou!

Cristina Doroftei, martie 2013, România

Tu ştergi lacrimile de pe obrajii noştri, aşternând în locul lor voioşia cea binecuvântată, dumnezeiescule Efrem; pentru aceea, şi noi te vestim tuturor ca pe un mare făcător de minuni şi grabnic ajutător întru toate nevoile.

ACCESORII PENTRU SINUCIDERE

Fratele meu e permanent urmărit de depresie, fapt care, în anul trecut, l-a împins să se gândească foarte serios la sinucidere. A început chiar să se gândească şi unde să o facă şi cum. Intenţia lui era să îşi prindă în tavanul garajului un inel bine înfipt în beton. Aşa că s--a apucat să-şi sudeze accesoriile pentru sinucidere. Înainte de a le suda, a sudat alte obiecte. În momentul în care s-a apucat de lucrul la accesoriile pentru sinucidere, aparatul de sudură nu a mai funcţionat. A verificat siguranţele acelui dispozitiv pentru sudat si toate erau în regulă, dar aparatul nu funcţiona. A incercat să sudeze altceva şi a

funcţionat. Ulterior, a reuşit totuşi să-şi facă acele accesorii. A făcut o gaură în neton şi a pus un şurub mare, ca să fie sigur că ţine. Însă la prima testare, l-a smuls afară cu mâna liberă. Fratele rneu se pricepe la lucrurile acestea foarte bine şi este exclusă posibilitatea că din nepriceperea lui nu i-a ieşit ceea ce încerca să facă. El însuşi ştia că a făcut un lucr. foarte serios şi mai apoi mi-a mărturisit tot ceea ce am scris aici. În acest moment, şi-a abandonat intenţiile de sinucidere, nu ştiu până când însă. Trebuie să amintesc că, în momentul în care am văzut că depresia lui se accentuează, l-am întrebat pe duhovnic ce anume să facem şi ne-a recomandat să citim acatistul Sfântulu Efrem, care este grabnic ajutător şi în astfel de situaţi.

Au fost mai multe persoane care au citit acatistele Sfântului Efrem. Pentru mine e cât se poate de evidentă intervenţia Sfântului Efrem şi sunt încredinţat că toate cele petrecute nu au putut să fie simple coincidenţe. Când era copil si adolescent, fratele meu mergea la Biserică aşadar, nu se poate spune că e cu totul strain de aceste lucruri. Insa, în ultima vreme, suferinţele din copilărie şi firea lui intransigenta l-au împins tot mai departe de Biserica. Nu se opune credinţei, insa nu vrea să se mai implice. Îmi doresc ca Dumnezeu sa aibă răbdare şi milă cu el, chiar daca fratele meu spune si pare că nu îl mai interesează credinţa. Îmi doresc ca Sfântului Efrem să mijlocească pentru întoarcerea lui către Dumnezeu şi pentru liniştea lui sufletească.

P. D. C., *10 aprilie 2013, România*

Nici timpul şi nici locul nu-ţi sunt stavilă în a-ti arăta dragostea cea pentru noi, Sfinte Părinte Efrem, iar materia ţi se face slujitoare spre plinirea voinţei lui Dumnezeu. Pentru aceasta, şi poporul celor ajutaţi de tine ridică slavă înaintea Mântuitorului, Cel Care te-a descoperit nouă ca să ne fii multfolositor.

Luminătorul mintilor

Vreau să vă mărturisesc şi eu două minuni care mi s-au întâmplat într-un timp foarte scurt.

O prietenă de-a mea m-a sunat într-o zi şi mi-a spus să cumpăr cartea despre Sfântul Efrem intitulată Mărturii ale minunilor săvârşite în zilele noastre, pentru că este o carte foarte bună. Nu imediat, ci la vreo două-trei zile după ce am primit telefonul ei, m-am dus şi mi-am cumpărat-o. Intr-adevăr, mi-a plăcut şi m-am minunat cât de grabnic ajutător este Sfântul Efrem, chiar dacă problemele nu sunt de natură medicală.

Pe 5 iunie, am dorit să merg cu maşina la un supermarket, undeva

la periferia oraşului. Cu câteva zile în urmă, îmi trebuiseră, la un service auto, talonul masinii şi buletinul soţului. Venind acasă, pusesem „bine" plicul cu cele două acte. Iar în ziua când aveam nevoie să mergem la supermarket, nu le mai găseam, eram disperată. Căutasem prin toată casa. Deja intrasem în panică. Le-am comunicat membrilor familiei că altă soluţie nu aveam decât să mă rog Sfântului Efrem şi Sfântului Mina. Înainte de a începe, i-am spus Sfântului Efrem că, dacă le voi găsi, voi mărturisi despre ajutorul lui. Am citit apoi ambele acatiste şi minunea chiar s-a întâmplat, după vreo 2 ore şi 30 de minute, când, închizând sertarul biroului, am observat plicul cu pricina, care căzuse prin spate în sertarul de mai jos.

Vă închipuiţi cât de fericită am fost!

A doua minune s-a petrecut cu trei zile mai târziu. La orele 22, am primit un telefon de la cumnata mea că fratele meu intrase într-o depresie, pentru că mai avea de plătit o ultimă tranşă la o bancă într-un timp foarte scurt şi încă nu strânsese suma. Luând cheile de la maşină, el spusese că vrea să se sinucidă şi plecase cu o viteză foarte mare. Imediat, eu şi cu mama am început să citim în acelaşi timp Acatistul Sfântului Efrem, rugându-l să-i lumineze mintea fratelui meu şi acesta să se întoarcă acasă. La 2 ore după aceea, am primit un telefon de la cumnată, prin care m-a anunţat că fratele meu s-a întors acasă. Mi-am dat seama încă o dată că rugăciunile ne-au fost ascultate. Îl rog să fie şi de acum alături de mine, de familia mea şi a fratelui meu. Iţi mulţumesc din tot sufletul, Sfinte Efrem!

Marilena M., Ploieşti, 12 iunie 2013, România

Paşii noştri îi faci ai tăi şi căile noastre le faci ale tale, Preabunule Părinte Efrem, adeverind puterea ta dumnezeiască şi nepărăsindu-ne niciodată. Astfel ne arăţi care este lucrarea dată ţie de Sfântul Duh, iar noi alergăm către tine rugându-te: miluieşte-ne cu bunătatea ta, Sfinte Efrem, ca să vestim tuturor cât bine ne-a făcut Dumnezeu prin tine!

O PACE ŞI O CĂLDURĂ CA O ÎMBRĂŢIŞARE

În anul 2011 am rămas însărcinată, dar la scurt timp am suferit un avort spontan. A urmat o stare de depresie, pentru că nimeni din familie nu m-a sprijinit, neînţelegând prin ce trec. Intre timp, am aflat de la o prietenă despre Sfântul Efrem şi minunile sale şi am început să citesc acatistul şi paraclisul Sfântului.

Într-o seară, în timp ce mă rugam Sfântului Efrem, am simţit o pace şi o căldură care mă cuprindeau ca într-o mbrăţişare. Atunci

mi-am dat seama că Sfântul este cu mine şi îmi înţelege durerea şi că mă va ocroti de acum înainte. După câteva luni, timp în care am citit acatistul si paraclisul Sfântului Efrem, am rămas însărcinată din nou şi, cu ajutorul lui Dumnezeu, al Maicii Domnului, al Sfântului Efrem şi al tuturor Sfinţilor şi îngerilor, am avut o sarcină uşoară şi dusă la bun sfârşit. Mai mult decât atât, în timpul travaliului mi-a trimis Dumnezeu doi îngeri (medici rezidenţi) care m-au sprijinit în acele momente grele şi am născut un băiat sănătos, pe nume Ştefan.

Dacă cere cineva ajutorul unui Sfânt cu credinţa, va primi ceea ce îşi doreşte, cu siguranţă aşa va fi! Dumnezeului nostru slavă!

T., România, **27** octombrie 2013

Cine va putea mărturisi deplin neţărmurita putere a îmbrăţişării tale, preablândule Efrem, căci nu la oameni, neamuri sau popoare se opreşte, ci se deschide, cuprinzând întreaga fire omenească din toate locurile si din toate veacurile. De aceea, te rugăm, primeşte şi pipernicita noastră laudă, prin care îţi grăim: Bucură-te. Sfinte Efrem, zbor al Duhului Sfânt, ce îmbrăţişează inimile tuturor!

DEPENDENŢA DE ANTIDEPRESIVE

Mă aflam în situaţia în care luam antidepresive de doi sau trei ani. M-am rugat Sfântului Efrem să mă ajute să scap de această dependenţă. Minunea s-a produs chiar în acea zi: nu am mai simţit nevoia să iau medicamente.

Mulţumesc, Sfinte Mare Mucenice Efrem cel Nou!

Mihaela, 28 octombrie 2013, România

Puterea ta dumnezeiască e mai presus de cea a lucrurilor omeneşti, Sfinte Părinte Efrem, iar cei care-şi pun nădejdea întru ajutorul tău dobândesc cu grăbire plinirea cererilor. Dăruieşte-ne sănătate sufletului şi trupului, ca şi prin acestea să se proslăvească în lume numele Fiului lui Dumnezeu, Mântuitorul nostru!

O PROBLEMĂ CE PĂREA FĂRĂ IEŞIRE

Doresc să îi mulţumesc Sfântului Efrem, depunând mărturie că am început să-i simţim ajutorul la scurt timp de când am început să citim acatistul său şi cărţile cu minunile săvârşite.

L-am descoperit întâmplător, în timp ce căutam pe internet, deznădăjduit, informaţii şi sfaturi pentru ieşirea din depresia care afectează pe cineva apropiat din familie. A doua zi, am venit acasă cu două din cărţile apărute în limba română şi cu acatistul său, pe care am

început să le citim, în limita timpului liber aproape în fiecare seară.

Nu a trecut decât o lună de atunci, dar pot spune acum că simptomele depresiei sunt ameliorate.

De asemenea, am simţit grabnicul său ajutor într-o problemă ce părea fără ieşire, referitoare la o alte persoană bolnavă din familie, imobilizată la pat, pentru care nu mai găseam soluţii de îngrijire şi tratament.

Suntem pe deplin încrezători în ajutorul său şi ne vom ruga în continuare Sfântului Efrem să ne fie alături tot restul vieţii.

Un credincios din România, 31 octombrie 2013

Mai înainte de a ne cunoaşte noi înşine durerea, ne stai de faţă şi împreună pătimeşti cu noi, preamilostivule Efrem, iar noi nu încetăm să ne uimim cum poţi fi atât de aproape de durerile şi de necazurile noastre. Pentru aceea, cuvânt de mulţumire îţi aducem, grăind: Bucură-te, Sfinte Efrem, căci întru tine se proslăveşte dragostea lui Dumnezeu pentru om!

FIECARE MĂRTURISIRE ÎMI MERGEA DIRECT LA SUFLET

Sfântul Mare Mucenic şi Cuvios Efrem cel Nou mi-a adus mie, nevrednica, vindecare sufletească şi linişte deplină, bucurie duhovnicească şi nădejde în puterea tămăduitoare pe care Dumnezeu o revarsă asupra celor ce se roagă Lui cu credinţă.

Fiind o persoană sensibilă, am suferit mult atunci când am avut o nereuşită pe plan profesional, la care s-a adăugat si dorinţa neîmplinită de a avea un copil. Având în general o fire optimistă, nu mi-am imaginat că astfel de lucruri m-ar putea dărâma, ruinându-mi liniştea şi făcându-mă sâ mă întreb ce rost mai am pe lume. M-am trezit într-o noapte cu inima bătându-mi cu o putere de nedescris şi cuprinsă de o teamă îngrozitoare de tot ce însemna viaţa mea. Inima nu mi se oprea din bătăi puternice şi neregulate. Electrocardiograma indica tahicardie sinuzală, deşi nu suferisem niciodată de inimă, iar electroencefalo-grama spunea că suferisem un atac de panică.

Rugându-mă neîncetat Sfântului Nectarie din Eghina şi mergând la Sfânta Liturghie, bătăile s-au liniştit, însă gândurile negre au dobândit stăpânire asupra mea, gânduri intense, de necontrolat. Sfânta Parascheva de la Iaşi mi-a fost alături în această grea încercare, ocrotindu-mă cu iubirea sa de oameni şi păzindu-mă cu rugăciunile către Bunul Dumnezeu. Sfântul Ioan Rusul, Sfântul Pantelimon, Sfântul Nicolae, Sfântul Fanurie şi Sfântul Vasile sunt Sfinţii pe care i-am chemat în ajutor în toată această perioadă şi care nu mi-au lăsat

rugăciunile neascultate. Uşor, dar sigur, gândurile au dispărut, însă de data aceasta insomniile nu-mi dădeau pace. Nu mă puteam linişti pe deplin, nu mă puteam odihni, nu îmi puteam găsi locul. Nu încetam să mă rog, să citesc despre Sfinţi şi vindecări minunate dăruite de Dumnezeu celor ce se roagă cu evlavie.

Aveam acatistul Sfântului Efrem cel Nou acasă, îl cumpărasem de la Mănăstirea Viforâta cu câteva luni înainte, îl citisem de câteva ori şi atât. Chipul Sfântului îmi inspira teamă, nu puteam înţelege de ce, mă simţeam departe de acest Sfânt, nu mă puteam apropia şi nu-l puteam cunoaşte aşa cum trebuie.

Într-o zi, mergând la Biserica Sfântului Nicolae (Biserica Studenţilor din Bucureşti), după ce m-am închinat la sfintele icoane, nu mi-am putut opri lacrimile şi îi ceream neîncetat lui Dumnezeu şi Preasfintei Născătoare să se milostivească de mine, să îmi dăruiască vindecare şi pace sufletească, să îndrepte viaţa mea. La plecare, m-am gândit să cumpăr o carte. Uitându-mă în vitrină, am văzut o carte cu icoana Sfântului Efrem cel Nou, având titlul *Sfântul Mare Mucenic şi Cuvios Efrem - Sou - Mărturii ale minunilor săvârşite în zilele noastre,* nu m-am decis imediat să o cumpăr. M-am gândit însâ că aceasta putea fi o modalitate de a mă apropia de Sfânt, de a-l cunoaşte, şi am cumpărat-o. Am mai luat o sticluţă cu ulei de la Sfântul Maslu şi de la Icoana Maicii Domnului Pantanassa, despre care nu ştiam prea multe, dar al cărei acatist îl citesc zilnic de atunci.

Citind cartea cu minunile Sfântului Efrem cel Nou, o bucurie dumnezeiască m-a cuprins! Fiecare mărturisire era urmată de o scurtă rugăciune către Sfântul Efrem cel Nou, fiecare minune îmi mergea direct a suflet, tămăduind rănile mele. Citesc din ea din nou si din nou, iar drumul pe care mi l-a deschis a fost sigur al vindecării. Sfântul Efrem nu mi s-a arătat în vis sau aievea, aşa cum are obiceiul, dar eu îl simt atât de aproape de sufletul meu, atât de bun şi blând şi ocrotitor!

Alături de toţi Sfinţii către care am înălţat rugăciuni, Sfântul Efrem cel Nou mi-a fost ajutător, mi-a adus în suflet nădejdea, mi-a dăruit sănătate trupului şi sufletului si biruinţă asupra gândurilor întunecate ale deznădejdii.

Îţi mulţumesc, Sfinte Efrem cel Nou!

Carmen-Elena, Bucureşti, România, 10 martie 2014 **t**

Bucurie dumnezeiască este chipul tău pentru cei zare te cunosc din faptele milostivirilor tale, Preacuvioase Mucenice Efrem; de aceea,

bunătatea blândeţii ce o arăţi covârşeşte inimile noastre, iar noi cu îndrăzneală te vestim tuturor ca pe un mare binefăcător al obştii creştineşti.

LACRIMILE IERTĂRII

Sunt şi eu o păcătoasă pe care Sfântul Efrem ce Nou a ajutat-o.

Am 57 ani. Soţul meu, care are 61 ani, a avut pe parcursul celor 35 de ani de căsnicie, mai mult: aventuri, peste care a trebuit să trec, având doi copi: dintre care unul are un handicap (encefalopie infantilă Insă, de 3 ani, soţul şi-a găsit una mai tânără decât mine cu 10 ani. Aceşti 3 ani au fost un calvar pentru mine nu mai suporta să mă vadă nici pe mine, nici pe băiatul care e handicapat (băiatul stă cu noi).

Nu a divorţat, pentru că am ţinut cu dinţii de aceasta căsnicie, dar eu am făcut o depresie puternică. Luam medicamente prescrise de medic. Dar mulţumesc Bunului Dumnezeu că avem un părinte de la o mănăstire, iar dânşii ţine mult la familia noastră, ne ştie de mult timp, ştie prin ce trecem şi prin ce am trecut şi ne-a ajutat foarte mult, iar acum, când eram la începutul Postului Mare, a venit la noi, ne-a făcut, ca de obicei, sfeştanie şi mie mi-a spus să citesc Acatistul Sfântului Efrem cel Nou. Bineînţeles că l-am citit şi am mai citit şi alte acatiste. Nu o spun spre laudă - aveam canon de la părintele duhovnic. Şi în ziua de Paşti soţul meu a plâns, el, care nu plânge niciodată. L-am întreba: „De ce plângi? Oare te-am supărat eu cu ceva? Dacă e aşa te rog să mă ierţi". Dar el a zis că nu l-am supărat cu nimic şi, cu greu, mi-a spus că sunt lacrimi de pocăinţă.

Eu de aceea am scris acestea, să audă lumea că, aşa cum simt, o păcătoasă, Sfântul Efrem, Maica Domnulu: şi Domnul Iisus Hristos m-au ajutat şi acum suntem bine. Nu mai iau medicamente.

Nimeni să nu cadă în deznădejde, ci să se roage sfitilor, Maicii Domnului şi Domnului Iisus Hristos şi va primi ajutor. Mulţumesc Bunului Dumnezeu pentru ce am primit, căci ştiu că şi încercările pe care le-am primit, tot din dragoste le-am primit, pentru mântuirea după cum şi pe Sfântul Efrem l-am aflat tot prin voia Domnului, ca să mă ajute.

Doina, România, 2S aprilie 2014 **t**

Lucrător neobosit al gândului de pocăinţă te-ai arătat. Preacuvioase Efrem, iar prin caznele mucenicești ai dobândit lărgirea cea desăvârşită a inimii. Pentru aceea, şi noi îţi mulţumim că eşti harnic

lucrător întru vietile noastre, izbăvindu-ne de multele necazuri şi nevoi şi pururea dăruindu-ne îndreptare.

REDOBÂNDIREA ECHILIBRUL LĂUNTRIC

De când am aflat despre Sfântul Efrem, i-am cerut autorul în multe împrejurări, mai mult sau mai puţin importante, şi întotdeauna am primit răspuns, uneori chiar înainte de a-mi sfârşi rugăciunea, indiferent cât de mărunte sau, uneori, chiar uşuratice, aş spune, erau cererile mele.

Aş dori să mărturisesc aici despre ajutorul pe care l- am primit de la Sfântul Efrem într-o situaţie care pentru mine a fost foarte dificilă. Am trecut acum aproape un an printr-o perioadă de tensiune psihică extremă, din pricina căreia am ajuns să fac faţă foarte greu atât obligaţiilor mele de serviciu, cât şi celor familiale; rezolvarea situaţiei depindea în cea mare măsură de altcineva. Nu vedeam nici o soluţie, mă rugam cu îndârjire şi uneori cu disperare, dar părea că mă rog zadarnic, tensiunea creştea, situaţia devenea tot mai de nesuportat, eram la capătul puterilor şi începeam să-mi pierd încrederea în Dumnezeu şi în Sfinţii Lui.

Ştiam de mult despre Sfântul Efrem, mă mai ajutase în multe împrejurări, aşa că, deşi nu prea vedeam ce ar fi putut face în situaţia respectivă, am început să mă rog Iui. Şi nu mi-a venit să cred că aproape imediat după ce am început să mă rog, treptat, de la o zi la alta, tensiunea a început să scadă, am început să-mi redobândesc echilibru lăuntric şi încrederea în Dumnezeu, deznădejdea a pierit simţeam că mă reîntorc la viaţă.

O vreme, situaţia nu s-a rezolvat, a rămas la fel, iar suferinţa mea nu a dispărut cu totul; era încă în sufletu meu, aşteptând parcă să iasă la iveală, şi minunea cea mai mare, pentru mine, era că simţeam în permanenţi că altcineva, nu eu, o ţinea sub control, astfel încă: puteam să-mi trăiesc viaţa în mod normal. în cele dir urmă, cu mila lui Dumnezeu şi cu rugăciunile Sfântulu Efrem, lucrurile au reintrat pe făgaşul lor firesc, ba chiar, aş spune acum, uitându-mă în urmă, s-au aşeza: mai bine şi mai uimitor decât înainte.

Mulţumesc lui Dumnezeu şi Sfinţilor Lui!

L.G., România, 12 mai 2014

Peste tot şi întru toate ajunge puterea dragostei tale Sfinte Părinte Efrem, săvârşind lucrarea lui Dumnezeu iar pe noi ridicându-ne

din asuprirea mâhnirilor celor de multe feluri. Rămâi de-a pururi alături de noi, ca având-te sprijin şi apărător, să ajungem cu bine la limanul vieţii celei pururea fiitoare.

REZOLVAREA PROBLEMELOR DIN CĂSNICIE

Sfântul Efrem a apărut în viaţa mea într-un moment de mare cumpănă. Am avut o problemă în căsnicie pe care nu o puteam discuta cu nimeni în afară de soţul meu. Astfel, la câteva zile după declanşarea ei, am început să caut pe bloguri cum şi-au rezolvat alţi oameni aceste probleme şi cm au reuşit să treacă peste ele. Pe un blog, o persoană spunea că Sfântul Efrem face minuni în astfel de cazuri. Practic, Sfântul Efrem a apărut în viaţa mea; el stia că avem nevoie de el şi a vrut să ne ajute.

Am căutat Acatistul Sfântului Efrem şi mi-am propus să-l citesc 40 de zile fără întrerupere. Minunile au ciceput să se simtă, Sfântul era atât de aproape de noi şi ne ajuta neîncetat. Trecusem printr-o depresie, aproape ca nu mă puteam opri din plâns şi îl rugam pe Sfânt să ne ajute să depăşim acele momente. Cu fiecare zi ce trecea, lucrurile se aşezau şi sufletele noastre se linisteau, în fiecare zi plângeam din ce în ce mai puţin, mintiile şi sufletele ni se luminau... încă din primele zile am simţit prezenţa Sfântului Efrem în viaţa noastră.

De când am început citirea Acatistului, am simţit, atât eu, cât şi soţul meu, o ameliorare cu fiecare zi ce trecea - lucrurile o iau pe făgaşul normal, ne dorim copii şi ne iubim mai mult în fiecare zi. Nu mai simt acea depresie acută pe care o simţeam, sufletele noastre se vindecă şi îi mulţumim Sfântului Efrem din tot sufletul pentru minunile pe care le face în viaţa noastră. L-am numit Sfântul nostru ocrotitor, îl rugăm să ne protejeze căsnicia, să ne dea linişte şi pace şi iubire, iar dacă vom avea un copilaş şi va fi băiat, îl vom numi Efrem.

Azi se împlinesc 40 de zile de când citesc Acatistul Sfântului Efrem, iar când l-am terminat de citit, am mers la semnul din carte pentru a citi în continuare minunile şi primul text de care am dat a fost acesta: *„Mă numea Efrem. Copila mea, vino la mănăstirea mea, închinăte la racla mea. Acolo îmi vei vedea mormântul, îmi vei vedea candela. Aprinde-o, fă-mi această bucurie”*. Aştept cu nerăbdare să ajung la mănăstirea Sfântului meu iubit şi îmi dau lacrimile de fericire când mă gândesc acolo.

Mulţumim, Sfinte Efrem, pentru că ai apărut în viaţa noastră!

C.M., 26 *august 2014, Romîv*

Blândeţe şi binecuvântare e poposirea ta la noi, Mare Mucenice Efrem, aducându-ne înnoirea vieţii şi a sufletelor întru prisos de bucurie şi nădejde. Plineşte desăvârşit darului tău, Preacuvioase, şi adu-ţi aminte de noi şi atunci când fiind cuprinşi de vâltoarea grijilor vieţii, vom uita de tine.

SUFERINŢA A FOST SPRE ÎNVIERE

Depresia pe care o aveam a pornit de la o depresie postnatală. De multe ori (pe zi) mă gândeam la moarta în sensul suicidului. În momentul întâlnirii pe stradă cu un părinte duhovnic, am conştientizat că moartea e mai aproape de mine decât credeam... A fost primul pas spre schimbare.

În tot timpul cât am fost bolnavă, soţul meu a cit Acatistul Sfântului Efrem cel Nou. Iar Dumnezeu mi-a dăruit nu doar vindecarea trupească, ci şi calea spra vindecarea sufletească.

Către sfârşitul bolii, eram alta, gândeam diferit. Şuferinta a fost spre înviere. Mi-am dat seama că viaţă nu este pentru distracţii, excursii..., ci sensul vieţii este mult mai profund. Încet, fără să mă forteze Dumnezeu, respectându-mi libertatea, am luat decizia de a mă schimba, de a-mi schimba viaţa şi de a mai avea încă un copil. Deoarece nu ştiam dacă acest gând este de la Dumnezeu sau doar o ispită, am luat hotărârea, cu binecuvântarea duhovnicului nostru, să ne rugăm Sfântului Efrem cel Nou. Astfel, timp de 40 de zile am zis unul dintre acatistele Sfântului. După aceste zile, gândul ni s-a întărit, aşa că am continuat să ne rugăm zilnic din acatistele Sfântului Efrem cel Nou.

Un fapt care ne-a îmbucurat a fost reacţia doamnei psihiatru. Eu credeam că va zice că nu am şanse de vindecare şi să renunţ la „proiect" (aşa cum mi-a zis fostul medic în urmă cu câţiva ani). însă dumneaei s-a bucurat şi mi-a dat, în scris, un program prin care aveam să renunţ, treptat, la un tratament medicamentos pe care-l aveam de ani. Era incredibil! Nu ne venea să credem (pe doamna doctor am cunoscut-o după ce a venit în viaţa noastră Sântul Efrem cel Nou).

Însă minunile nu s-au oprit aici. Sunt în octombrie 2014, fără nici un fel de tratament. Mai am unele stări oscilante, dar nimic grav sau de durată! Deşi, se ştie, toamna stările depresive se accentuează! Rugăciunile Sântului Efrem ne întăresc. Ispite au fost multe, dar s-au scuturat ca frunzele toamna...

Sfântul Efrem ne-a făcut o mare bucurie vara aceasta, rând am fost

la mănăstiri în Moldova. La mănăstirea Dragomirna ne-am închinat la n nărtiriră din moaştele sale.

Dorim să avem un copil, căruia să-i punem numele Sfântului Efrem, ca mulţumire pentru minunile pe care le-a făcut şi le face cu mine şi familia mea.

Ajută-ne să facem veşnic voia Ta, Doamne!

A., 23 decembrie 2014, Târgu Mureş, România

Reazem de neclintit ne eşti prin ale tale milostiva, dumnezeiescule Efrem, îndreptând vieţile noastre pe calea lui Dumnezeu şi ajutându-ne să cunoaştem măsura cea fără de măsură a bunătăţii tale. Luminează minţile si inimile noastre, ca întru bucurie şi nădejde să ne facem împlinitori ai poruncilor Sfintei Evanghelii.

LUMINA CREDINŢEI, A NĂDEJDII, A VIEŢII!

De Sfântul Mare Mucenic Efrem cel Nou mă leagă o istorie binecuvântată şi minunată. Îmi dau seama că acest Sfânt minunat a fost alături de mine înainte să ajung eu să îl cunosc şi să aflu mai multe despre viata lui. Acum aproximativ zece ani, am primit o icoană mică cu un Sfânt care pentru mine, la acea vreme, era necunoscut. Aveam 18 ani şi aflasem câte ceva despre credinţă, dar era o perioadă destul de dificilă şi eram nestatornică în acea vreme.

De când am primit acea iconiţă cu Sfântul Efrem am simţit că mă leagă ceva special de acest Sfânt, dar în timpul am dat uitării - ca să zic aşa - existenţa sa. După mai mult de opt ani de la acel moment, ajunsesem la un punct în viaţa mea în care eram foarte deznădăjduiţi Nu lucram nicăieri, terminasem facultatea, stătear acasă deja de aproape doi ani şi începusem să mă simt ca la o închisoare. Cei care au trecut printr-o depresie, cu siguranţă cunosc sentimentul de neputinţă, lipsa de sperantă,, lipsa de încredere în viitor, care te pot copleşi în astfel de momente. Nu mai mergeam nici la biserică, nici nu prea mă mai puteam ruga, din cauza tuturor acestor aspecte dificile. A fost cea mai neagră perioadă de până acum din viaţa mea. Nu mai vorbeam aproape cu nimeni, îmi închideam telefonul şi stăteam izolată în casâ Era parcă un coşmar din care simţeam că nu mă mai pot trezi. Atunci a fost o perioadă în care, pe lângă ajutorul unor Părinţi deosebiţi, al Părintelui duhovnic şi a altor oameni care mi-au fost alături, l-am descoperit pe Sfântul Mare Mucenic Efrem cel Nou, după ce întâmplător am găsit o

icoană frumoasă pe lemn cu el, în pangarul unei biserici. Am început să citesc acatistul si paraclisul său, aflând că vine în ajutorul celor deznădăjduiţi. Nu pot să descriu în cuvinte şi nu voi putea niciodată suficient a descrie eliberarea sufletească care începeam să o simt - puţin câte puţin -, pe măsură ce citeam acatistul şi paraclisul Sfântului. Deşi lupta cu gândurile negre era foarte aprigă - ca să spun asa -, simţeam că totuşi ceva mă ţinea la suprafaţă, cand am citit prima dată Paraclisul Sfântului, parcă simţeam că fiecare cuvânt reprezintă un răspuns la toate suferinţele mele lăuntrice. Acum realizez că a fost lucrarea harului şi ajutorul acestui Sfânt minunat. Deşi mă simţeam total părăsită de cei din jurul meu - pentru că uneori cred că, realmente, ceilalţi nu mai ştiau cum si mă mai ajute şi cumva se resemnaseră - am simţit încetul cu încetul că nu mai simt singură şi că Domnul nostru Iisus Hristos, Maica Domnului şi Sfântul Mare Mucenic Efrem cel Nou sunt alături de mine.

Am simţit cum parcă se îndepărtează de la mine povara aceea imensă a tristeţii care mă copleşea. Atunci am început să mă rog mereu Sfântului Mare Mucenic Efrem şi de atunci Sfântul Efrem este ocrotitorul meu, care m-a ajutat în drumul spre revenire din depresie, cel care m-a ajutat să-mi recapăt credinţa într-un momer: critic al vieţii, un Sfânt grabnic ajutător în problemele grave sufleteşti şi trupeşti. Slavă ţie, Doamne, pentru Sfinţii pe care ni i-ai dăruit ca ocrotitori! Îţi mulţumea iubite Sfinte Efrem, pentru dragostea şi ajutorul tăi dăruite mie în cele mai grele momente din viaţa mea. A fost un adevărat Sfânt şi Erou, pentru că m-ai ajutat si lupt cu cele mai grele gânduri ale mele şi pentru că m-ai scos la lumină. Lumina credinţei, a nădejdii, a vieţii!

Cei care treceţi prin probleme şi necazuri asemănătoare, rugaţi-vă cu încredere Sfântului Mare Mucenic Efrem cel Nou, şi voi înşivă veţi vedea că el va va fi un adevărat prieten şi ajutător în toate!

Elena M**.,** Bucureşti, 3 ianuarie 2015

Căldura dragostei tale dumnezeieşti umple cu totul sufletele noastre, preabinecuvântatule Efrem, alungâ afară toată mâhnirea şi tot întunericul. Strălucirea ce se revarsă dintru tine ne dăruieşte nespusă mângâiere de aceea, vestim tuturor şi mărturisim că ni te-ai făcut lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii.

ACATISTUL
SFÂNTULUI EFREM CEL NOU
PENTRU RIDICAREA
DIN DEZNĂDEJDE ORI MÂHNIRE

După începutul obişnuit se zic:

Condacul 1

Rugându-te pentru întreaga fire omenească, întru Duhul Sfânt ai văzut suferinţa şi sfâşierea femeii care îşi tăiase venele şi ai vestit celui pe care l-ai vindecat de ochi să-i vină degrabă în ajutor. De aceea, te rugăm, Preacuvioase Părinte Efrem, să ne miluieşti şi pe noi, ca să ne învrednicim a-ţi grăi: Bucură-te Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii!

Icosul 1

Ştiind slăbiciunea firii omeneşti şi cunoscând întru pustinceasca nevoinţă cât poate fi de adâncă şi de cumplită mâhnirea deznădăjduirii, i-ai dat gabnică ajutorare acelei femei care a vrut să-şi pună capăt vieţii, biruindu-l încă o dată pe cel care este neîmpăcat urâtor al Vieţii. Sfinte Efrem, tu ai cunoscut cu făptuirea ce este pogorârea la iad a Domnului Hristos şi, acolo cufundându-te şi bând amarul deznădăjduirii, ai biruit, pentru că nu ţi-ai dezlipit ochii de slava lui Hristos Cel Înviat. Pentru acestea toate, cu umilinţă îţi cântăm:

Bucură-te, ocrotitorul şi tămăduitorul cel preagrabnic al celor biruiţi de deznădejde;

Bucură-te, negrăită bunătate care nu judecă, ci îmbrăţişează sufletele noastre;

Bucură-te, cel care prin pătimirile tale mucenicești ridici poverile multora;

Bucură-te, cruce a durerii strălucind de pe flamura Învierii lui Hristos;

Bucură-te, sânge tămăduitor care ai potopit biruinţele morţii noastre lăuntrice;

Bucură-te, foc aprins întru dragostea dumnezeiască prin suflarea Duhului Sfânt;

Bucură-te, soare răsărit în inimile noastre prin lucrarea nenumăratelor minuni;

Bucură-te, pom înverzit dintru care se revarsă cu îmbelşugare tihna veacului viitor;

Bucură-te, senin al nădejdii înveşmântat cu norii cei preacuraţi ai milei păcii;

Bucură-te, cer lăuntric întru care se vesteşte tuturor slava veacului ce va să fie;

Bucură-te, înflorire viorie ce umple de bucurie sufletele noastre ostenite de întristare şi păcat;

Bucură-te, curcubeu al curăţiei, care ai potopit cu noian de blândeţe pornirile gândurilor noastre rele;

Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii!

Condacul al 2-lea

Mâhnirile şi suspinările cele de multe feluri se isprăvesc de îndată când eşti chemat în rugăciune, iar prietenia ta dumnezeiască şi plină de smerenie îndulceşte nespus sufletele noastre, Sfinte Părinte Efrem. Umple-ne de tărie făptuirile şi cuvintele, că să putem vesti tuturor minunile tale, săvârşite întru puterea Celui Căruia I se cuvine veşnicul: Aliluia!

Icosul al 2-lea

În noianul nevoinţelor pustniceşti ai cunoscut amărăciunea cea cumplită a depărtării harului lui Dumnezeu, neclintitule Părinte Efrem, şi biruind prin îndelungă-răbdare, te faci nouă far şi stea călăuzitoare spre întremarea întru nădejde. Te cinstim pe tine cu tot sufletul, căci prin tine Domnul ne poate schimba lacrimile în bucurie, şi de aceea râvnim să îţi grăim aşa:

Bucură-te, visterie de mari daruri pentru cei care te-au cunoscut prin credinţă;

Bucură-te, prieten sfânt care porţi pe umeri povara de păcate şi dureri ale semenilor;

Bucură-te, pas nevăzut care ne însoţeşti şi ne păzeşti întru toate căile şi alegerile;

Bucură-te, frate şi părinte care niciodată nu se ruşinează de noi, cei neînsemnaţi;

Bucură-te, roşeală străluminată ce preschimbi în curăţie întunecarea inimilor noastre;

Bucură-te, văpaie lină şi feciorelnică, mistuitoare a întinăciunilor omeneşti;

Bucură-te, rază sfântă dintru care ne împărtăşim cu dragostea lucrătoare a Preasfintei Treimi;

Bucură-te, pajişte înmiresmată întru care se odihnesc cei ce urmează lui Hristos;

Bucură-te, azur cristalin întru care cunoaştem bunătatea surâsului lui Dumnezeu;

Bucură-te, tainică stea care ne călăuzeşti nevătămaţi prin noaptea acestei vieţi;

Bucură-te, amurg ce vesteşti zorii zilei care niciodată nu se mai sfârşeşte;

Bucură-te, ploaie limpede ce ne arată curcubeul nesfârşitei iubiri şi milostiviri dumnezeieşti;

Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii!

Condacul al 3-lea

Străjer te-ai făcut celor bântuiţi şi vătămaţi de gândurile de sinucidere, iar prin puterea dumnezeiască a rugăciunilor şi a dragostei tale poţi să le preschimbi minţile şi inimile, aducându-i întru înnoirea şi luminarea lăuntrică. Fii noua tuturor sprijinitor şi apărător, preacuvioase Părinte Efrem ca, păzindu-ne mintea de gândurile necurate, să ne învrednicim a cânta Preasfintei Treimi: Aliluia!

Icosul al 3-lea

Suspinul îl preschimbi în surâs, lacrima în zâmbet, mâhnirea în bună nădejde, iar povara sufletească în bucurie, Sfinte Mare Mucenice Efrem. Pentru aceea, şi noi, pomenindu-te în rugăciunile noastre, cunoaştem cum ne înseninezi sufletele şi ne dăruieşti nădejdea cea curată şi izvorâtoare de viaţă şi cu voioşie îţi grăim unele ca acestea:

Bucură-te, alinare grabnică, urzită nouă cu multă vreme înainte de a te cunoaşte;

Bucură-te, fulg de nea care ne aduci răcoarea Duhului Sfânt în arşiţa sufletească;

Bucură-te, bucurie a strălucirii chipului întru care Îl vedem pe Fiul întru Tatăl;

Bucură-te, cădelniţă şi mireasmă cerească ce stârpeşte lâncezeala

tuturor mâhnirilor;

Bucură-te, iubire de osteanala ce a fost încununată cu sângiuri mucenicești;

Bucură-te, jar nestins ce arde în chip nevăzut tăciunii patimilor noastre;

Bucură-te, lumină blândă şi ocrotitoare, ţesută în minunat acoperământ;

Bucură-te, vlăstar ce a ajuns arbore după chipul şi întru puterea Pomului Vieţii;

Bucură-te, veşnică înseninare a minţii, dobândită urcând muntele ostenelilor;

Bucură-te, strălucire de pe bolta Bisericii lui Hristos, care reverşi raza curatelor nădejdi;

Bucură-te, flamură înaintemergătoare ce vesteşte suflarea Duhului Sfânt;

Bucură-te, curcubeu dumnezeiesc, plămădit dintru razele Soarelui Dreptăţii revărsate în lacrimile rugăciunilor tale;

Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii!

Condacul al 4-lea

Am ostenit săturându-ne cu saţul cel greu al patimilor şi a gândurilor rele, iar inimile noastre suspină după tămăduire, după cum cel închis în temniţă jinduieşte să fie liberat. Primeşte-ne şi pe noi, dumnezeiescule Efrem, şi slobozindu-ne din închisorile cele de gând, arată-ne calea care ne va duce către viaţa cea nepieritoare, unde toţi cei mântuiţi îi cântă lui Dumnezeu: Aliluia!

Icosul al 4-lea

Bogăţia milostivirilor tale întâmpină sufletele celor doborâţi de mâhnire, iar rugăciunea ta cea lucrătoare îşi arată grabnic iscusinţa prin neîncetatele tămăduiri. De aceea şi noi, Preabunule Părinte Efrem, întru surâsul nădejdii îţi aducem aceste cuvinte de mulţumire:

Bucură-te, zbor pornit din veşnicul tărâm spre a cuprinde toată slăbănogirea omenească;

Bucură-te, biruinţă a dragostei lui Hristos arătată prin sălăşluirea în inimă a Preasfântului Duh;

Bucură-te, prieten care îşi pune neîncetat sufletul pentru noi

înaintea lui Dumnezeu;

Bucură-te, poartă tuturor deschisă, alcătuită din nestematele minunilor tale;

Bucură-te, grâu arămiu, copt întru suflarea şi suspinarea Duhului Sfânt;

Bucură-te, înflăcărare şi îmbărbătare întru urmarea poruncilor Mântuitorului Hristos;

Bucură-te, soare vesel ce încălzeşti cu mulţime de raze în zilele geroase ale iernii sufleteşti;

Bucură-te, sevă a vieţii veşnice, revărsată cu milostivire în sufletele noastre slăbănogite de păcat;

Bucură-te, nor neprihănit care degrab ne adumbreşti când suntem cuprinşi de pârjolul necazurilor;

Bucură-te, braţe pururea deschise întru care se alină durerile tuturor oamenilor;

Bucură-te, izbândă veşnică prin a cărei privire se spulberă taberele vrăjmaşilor;

Bucură-te, linişte şi pace desăvârşite, pecetluite întru curcubeul graiurilor lui Dumnezeu;

Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii!

Condacul al 5-lea

Neoprită şi pururea îmbelşugată este bunătatea şi dragostea ta, Preacuvioase Mucenice Efrem, şi numai necredinţa noastră poată să stăvilească răul cel grabnic curgător al facerilor tale de bine. De aceea, te rugăm, sfârâmă împietrirea inimilor, ca limpezindu-ne şi curăţindu-ne lăuntric să ne învrednicim a cânta împreună cu tine lui Dumnezeu: Aliluia!

Icosul al 5-lea

Nenumăraţi sunt cei care aleargă la tine, dumnezeiescule Efrem, căci au cunoscut dragostea ta şi ştiu că tu ai un zâmbet pentru fiecare dintre noi, în orice împrejurare ne-am afla. Pentru aceea şi noi, toţi cei cu inimile întristate, venim degrab către tine şi îţi grăim unele ca acestea:

Bucură-te, soarele cel strălucitor al speranţei, care ai risipit bezna deznădejdii;

Bucură-te, voioşie care revarsă şi asupra noastră bucuria vieţii şi a buneivoirii;

Bucură-te, veselie întru care acum saltă tămăduiţi toţi cei mai înainte schilodiţi de gândurile deznădejdii;

Bucură-te, bucurie fără seamăn a apropierii noastre de Sfintele Taine ale lui Hristos;

Bucură-te, strugure rumenit sub cerul Dumnezeirii pentru a potoli însetarea sufletelor;

Bucură-te, vatră aburindă întru care se coace pâinea cereştilor dăruiri;

Bucură-te, aur sfânt care cu bogăţia strălucirii umpli de bucurie visteria sufletelor;

Bucură-te, înmugurire ce vesteşte primăvara bunelor vestiri dumnezeieşti;

Bucură-te, căci stolurile cele amare ale gândurilor negre le alungi de pe cerul inimii;

Bucură-te, gingăşie a prieteniei care ne cunoaşte înainte ca noi să te cunoaştem;

Bucură-te, rugăciune străvăzătoare ce cuprinde suspinurile şi lăcrimile tuturor;

Bucură-te, curcubeu ce împodobeşti cu seninul nădejdii sufletele cuprinse de înnourarea gândurilor;

Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii!

Condacul al 6-lea

Nu zăboveşti a ne ieşi întru întâmpinare nouă, celor doborâţi sufleteşte, Sfinte Părinte Efrem, iar aplecarea ta se preschimbă în ridicarea noastră, făcându-ni-se astfel cunoscută dragostea cea nemincinoasă a Evangheliei lui Hristos. Fii nouă împreună călător pe căile acestei vieţi şi ne învaţă cum să cumpănim cuvintele şi faptele noastre, tăinuind în ele cântarea: Aliluia!

Icosul al 6-lea

Mulţimea lacrimilor călugăreşti s-au unit cu şiroaiele însângerate ale muceniciei tale, Preacuvioase Mucenice Efrem, adăpând rădăcina cea adâncă a pomului rugăciunii, dintru ale cărui roade cu toţii râvnim a gusta spre învierea sufletelor. Primeşte cu îngăduinţă şchioapele noastre

cuvinte, prin care îţi mulţumim în acest chip:

Bucură-te, căci la stropul nostru de credinţă răspunzi cu munţi de daruri;

Bucură-te, cântec al Învierii ce cuprinde în el toată bucuria înnoirii sufleteşti;

Bucură-te, duioşie care ne şopteşte inimii cuvinte sfinte şi îndemnuri de nădejde;

Bucură-te, dor de Patria de Sus, adeverit nouă prin milostivirea ta cea lucrătoare;

Bucură-te, ruşinare şi îmbujorare a sfielii Duhului Sfânt, arătată pentru multele noastre păcate;

Bucură-te, fierbinţeală ce veştejeşte toată deznădejdea şi delăsarea noastră lăutrică;

Bucură-te, bunătate fără de seamăn ce reaprinde pâlpâirea credinţei noastre;

Bucură-te, înverzire a nădejdii, pogorâtă asupra cioatelor nelucrării noastre lăuntrice;

Bucură-te, arvună a sălăşluirilor cereşti pentru cei care cer mijlocirea ta;

Bucură-te, tainică lucrare în inimile noastre, care ne deschide calea spre Sfânta Spovedanie;

Bucură-te, arhierească putere care îmbrăţişează întreaga fire omenească;

Bucură-te, curcubeu care prin blândeţea ta dumnezeiască ne deschizi porţile zilei a opta;

Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii.

Condacul al 7-lea

Cel care a voit să-şi pună capăt zilelor şi şi-a pregătit loc pentru spânzurare te-a avut pe tine păzitor şi, împiedecând lucrarea lui, în chip nevăzut ai luat asupra ta povara întunecatelor gânduri, preablândule Efrem. Primeşte-ne şi pe noi, toţi cei necăjiţi şi întristaţi şi, fărâmându-ne poverile lăuntrice, învredniceşte-ne să-I cântăm lui Dumnezeu: Aliluia!

Icosul al 7-lea

Nu îi treci niciodată cu vederea pe cei întristaţi şi deznădăjduiţi,

căci preaplinul dragostei tale dumnezeieşti mângâie în chip tainic toate lacrimile şi suspinurile noastre, Preacuvioase Mucenice Efrem. Rupând zăgazurile morţii lăuntrice, aduci lumina lui Dumnezeu în inimi, iar noi, ştiind că nu avem cuvinte pe măsura recunoştinţei ce ţi se cuvine, cu umilinţă îţi grăim aşa:

Bucură-te, că te-ai pogorât în temniţa sufletelor cu lumina harului dumnezeiesc;

Bucură-te, că ai rupt cătuşele făurite minţii de către gândurile întunecate;

Bucură-te, că lanţurile neştiinţei şi ale nepăsării se spulberă prin rugăciunile tale;

Bucură-te, izbândă a vieţii fără de moarte, care îi alungă pe vrăjmaşii mântuirii omului;

Bucură-te, sabie înroşită întru focul Sfintelor Scripturi spre călăuzirea şi tămăduirea minţilor rătăcite;

Bucură-te, arşiţă care aprinde în inimile noastre setea dorului de pocăinţă;

Bucură-te, comoară a dumnezeieştilor minuni tăinuită în pământ vreme de cinci veacuri;

Bucură-te, ramură cu mulţime de roade, altoită pe tulpina Bisericii lui Hristos;

Bucură-te, milostivire şi întâmpinare grabnică, pogorâtă spre cei zdrobiţi de răutatea gândurilor;

Bucură-te, binecuvântare a cuvântului facător de viaţă, sădit în lume prin multe minuni;

Bucură-te, cântec limpede ce răsună dintru mormântul cel fără de moarte al Domnului;

Bucură-te, curcubeu al sfintelor nădejdi pe care râvnim să-l vedem la sfârşitul zilelor noastre;

Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii!

Condacul al 8-lea

Întru vâltoarea caznelor mucenicești fiind cuprins, nu ţi-ai dezlipit mintea de numele lui Hristos Dumnezeu, Sfinte Părinte Efrem, ci chemându-L prin rugăciune, ai arătat biruinţa cu care blândeţea poate înfrânge bulboana cea aprigă a răutăţii ucigaşe. Pe acestea văzându-le, alergăm la tine, Preacuvioase, cerând mijlocirile tale înaintea Celui

Căruia Îi cânţi veşnicul: Aliluia!

Icosul al 8-lea

Potopire pururea izvorâtoare de bunătăţi este inima ta, dumnezeiescule Efrem, revărsând asupra noastră neîncetate daruri şi tămăduiri. De aceea, toţi cei care ne-am învrednicit de binefacerile tale te rugăm, primeşte recunoştinţa noastră urzită întru aceste cuvinte:

Bucură-te, reazem de lumină, neclintit de învolburările lumii pământeşti;

Bucură-te, cruce biruitoare prin răbdare a tuturor necazurilor omeneşti;

Bucură-te, mângâierea fără seamăn ce odrăsleşte surâsul în inimile celor mâhniţi;

Bucură-te, slavă a Evangheliei lui Hristos, cunoscută nouă prin mulţime de minuni;

Bucură-te, candelă aprinsă în inimile credincioşilor pentru dragostea veghetoare a Preasfintei Treimi;

Bucură-te, zefir lin ce pogoară primăvara peste gheţurile inimilor noastre;

Bucură-te, licărire preschimbată grabnic în fulger pentru cei cuprinşi de multe necazuri;

Bucură-te, pom veşnic verde prin care suntem chemaţi către cele nepieritoare;

Bucură-te, dragoste fără de seamăn care ne chemi la nunta cea fără de moarte a Învierii;

Bucură-te, pătimire mucenicească ce a străfulgerat noaptea acestei lumi;

Bucură-te, fluture preafrumos care ne călăuzeşti către câmpia înflorită a dumnezeieştii cunoştinţe;

Bucură-te, cascadă de curcubeie dintru care ne adăpăm cu dragostea lui Hristos;

Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii!

Condacul al 9-lea

Paharul cel cumplit de amar al pătimirilor mucenicеşti l-ai băut până la fund, Preacuvioase Efrem, înfruntând fără de clintire turbarea răutăţii ucigaşilor tăi. Pentru aceea, şi noi te rugăm să ne izbăveşti dintru

prigonirile cele lăuntrice ale gândurilor rele, ca, răsuflând întru nădejde, să cutezăm a mulţumi lui Dumnezeu, zicând: Aliluia!

Icosul al 9-lea

Nimic din dragostea ce am cunoscut-o pe pământ nu se poate asemăna cu ceea ce dăruieşti tu prin lucrarea Sfântului Duh, Mare Mucenice Efrem, şi de aceea, inimile noastre mărturisesc prin tăcere nădejdea şi bucuria, iar prin cuvinte, recunoştinţa, grăindu-ţi aşa:

Bucură-te, căci primii paşi în credinţă ni-i faci trepte către Dumnezeu;

Bucură-te, nevăzut car de foc care ne porţi inimile către cele de Sus;

Bucură-te, simfonie nemaiauzită a delicateţii dumnezeieşti;

Bucură-te, picătură sfântă care sfărâmă cochilia iubirii de sine;

Bucură-te, căci mâinile noastre însângerate de mulţimea păcatelor le curăţeşti prin lacrimile tale;

Bucură-te, cuptor întru care se coace plămada minunilor lui Dumnezeu;

Bucură-te, sfinţenie însutit roditoare care ne scoţi la lumină din bezna multelor mâhniri;

Bucură-te, frunziş ocrotitor ce ne izbăveşti de ploaia cea mâloasă a gândurilor rele;

Bucură-te, zâmbet ceresc care spulberi rânjetele şi biruinţele drăceşti din viaţa noastră;

Bucură-te, putere de neînţeles care i-a cutremurat şi înspăimântat pe stăpânitorii iadului;

Bucură-te, vultur care îşi deschide aripile cunoştinţei până în străfundul inimilor noastre;

Bucură-te, curcubeu pururea însorit de Evanghelia Fiului lui Dumnezeu;

Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii!

Condacul al 10-lea

Cunoscându-ţi mărinimia dragostei, feţele noastre întunecate şi mâhnite se înnoiesc dintru lumina chipului tău, minunatule Efrem. Încrustează-ţi strălucirea în inimile noastre prin tămăduirea suferinţelor lăuntrice, ca astfel, cu faţa senină, să grăim dimpreună cu tine lui

Dumnezeu: Aliluia!

Icosul al 10-lea

Dragostea pe care ai învăţat-o din Evanghelia lui Hristos şi pe care ţi-ai pecetluit-o în suflet prin lucrarea poruncilor ni se face întâmpinare în multele noastre nevoi şi neputinţe, Sfinte Părinte Efrem. Pentru aceasta, toţi cei cu sufletele povârnite de întristare şi deznădejde, unindu-ne suspinurile, alergăm către tine, grăindu-ţi aşa:

Bucură-te, alinare împletită din dragoste, bună-voinţă şi deplină înţelegere;

Bucură-te, ocean de daruri, care prin line valuri ne primeneşti sufletele;

Bucură-te, nume şi odor de preţ, tăinuit în străfundul conştiinţei noastre;

Bucură-te, zbor înalt ce nu se sfieşte să ne răpească din mocirla deznădejdii;

Bucură-te, că ni te faci minunat prieten prin Trupul şi Sângele lui Hristos-Dumnezeu;

Bucură-te, flacără neostoită care stârpeşte bezna înşelăciunii, dăruind călăuzire celor rătăciţi;

Bucură-te, giuvaier izvorâtor de raze sfinte care ne îmbogăţeşte cu nenumărate minuni;

Bucură-te, poiană întru care aflăm odihnă în vremea sălbăticirii şi întunecării sufletului;

Bucură-te, susur limpede al oglindirilor cereşti, dăruit nouă prin lucrare preoţească;

Bucură-te, urcuş pogorâtor care a odihnit întru sine suspinul lui Dumnezeu pentru toată făptura;

Bucură-te, vioreaua cea înmiresmată care te pogori multelor noastre neputinţe;

Bucură-te, veşmânt de curcubeu, ţesut întru îndelunga răbdare a smereniei;

Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii!

Condacul al 11-lea

Grădină preaînmiresmată te avem pe tine, Preacuvioase Efrem, întru care darul Duhului Sfânt a plinit cu veşnice roade ostenelile tale

călugăreşti şi mucenicеşti. Dăruieşte-ne hrană potrivit vârstei noastre sufleteşti, ca, pricepând măcar puţin din adâncul nevoinţei tale, să grăim lui Dumnezeu cu mulţumire: Aliluia!

Icosul al 11-lea

Cale cu totul istovitoare este deznădejdea, încât şi suflarea trupului aproape că piere din pricina durerii sufleteşti, însă sub privirea ta cea veghetoare, Sfinte Efrem, văzduhul cel curat al rugăciunii ne pătrunde în inimi ridicându-ne la viaţă, nădejde şi lucrare. Pentru aceasta, dintru voioşia cea curată a buneivoirii, îţi grăim aşa:

Bucură-te, mărinimie ce pluteşti peste veacuri cu aripile dragostei Mângâietorului;

Bucură-te, mână degrab întinsă care ne ridici cu putere din mlaştina deznadejduirii;

Bucură-te, cumpănă a milostivirii lui Hristos, prin Care iei asupra ta păcatele noastre;

Bucură-te, izbândă înălţată prin pogorârea în smerenia Fiului lui Dumnezeu;

Bucură-te, purpură izvodită şi pecetluită întru crucea pătimirilor mucenicеşti;

Bucură-te, vâlvătaie a dragostei dumnezeieşti, aprinsă în zborul Sfinţilor Serafimi;

Bucură-te, armură de lumină, dobândită prin neîncetata priveghere a minţii;

Bucură-te, căci dudul în care ai fost mucenicit te are pe tine drept roadă preaslăvită şi veşnică;

Bucură-te, bucurie înveşmântată cu seninul Învierii din morţi a Fiului lui Dumnezeu;

Bucură-te, tărie prealină care sfărâmă porţile iadului din inimile omeneşti;

Bucură-te, râu de milostivire ce spală mulţimea necurăţiilor şi a fărădelegilor noastre;

Bucură-te, curcubeu care îşi înalţă bolta deasupra nenumăratelor pătimiri;

Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii!

Condacul al 12-lea

Colina neprihăniţilor s-a umplut de slava cerească în vremea pătimirilor tale, preblândule Efrem, însă nevăzută le era cumpliţilor tăi prigonitori, căci însăşi inima lor crudă şi împietrită era privelişte de iad. Cu lumina ta cea tainică, Preacuvioase Mucenice, sporeşte-ne credinţa şi nădejdea, ca întru plinătatea cunoştinţei să-I putem grăi lui Dumnezeu: Aliluia!

Icosul al 12-lea

Nu a putut trecerea celor cinci veacuri să te îngroape în bezna uitării, Sfinte Efrem, căci te-ai îngropat dimpreună cu dragostea lui Hristos, iar aflarea sfintelor tale moaşte s-a săvârşit întru proslăvirea dumnezeieştii Sale Învieri. De aceea, şi noi cădem înaintea ta, mulţumindu-ţi pentru că ni te-ai făcut cale spre Hristos Domnul şi îţi grăim aşa:

Bucură-te, corabia cerească, întru care ai adunat toţi deznădăjduiţii lumii spre a-i îmbrăţişa;

Bucură-te, căci prin puterea Duhului Sfânt nu părăseşti pe nimeni, niciodată;

Bucură-te, hrană sufletească dăruită întru bucuria curatelor nădejdi;

Bucură-te, carte sfântă în care fiecare literă e o minune săvârşită pentru noi;

Bucură-te, căci rănile noastre nevindecate le tămăduieşti întru puterea sfintei Învieri;

Bucură-te, dogoare limpede grăitoare, ce dăruieşti auzire inimilor noastre surde;

Bucură-te, căci, urmând pildele tale, ne îmbrăcăm cu zalele de aur ale credinţei şi rugăciunii;

Bucură-te, măslin duhovnicesc, care cu ungerea ta ne izbăveşti din învolburarea păcatului;

Bucură-te, preaînţelept povăţuitor pe calea cea strâmtă care duce către Sfânta Euharistie;

Bucură-te, dragoste neostoită care vine după noi în cele mai adânci prăpăstii de gând;

Bucură-te, furtună aprigă, care înălţările păcatului le spulberă şi le spală;

Bucură-te, curcubeu făcut nouă poartă de taină către Patria de Sus;

Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, lumină a credinţei, a nădejdii şi a vieţii!

Condacul al 13-lea

O, dumnezeiescule Părinte Efrem, toţi cei ce alergăm la tine ne izbăvim, căci suspinurile noastre le preschimbi întru ale tale şi prin aceasta se alcătuieşte în Ceruri biserică nefăcută de mână, întru care Preasfântul Duh pururea sălăşluieşte. Primeşte puţina noastră mulţumire şi, luminându-ne şi călăuzindu-ne în această viaţă pământească, ajută-ne să ajungem la ţărmul cel veşnic, ca, dimpreună cu toţi Sfinţii, să ne învrednicim a-I cânta lui Dumnezeu: Aliluia! (de trei ori)

Apoi iarăşi se zic icosul şi condacul întâi iar apoi această

Rugăciune către Sfântul Efrem

O, preabunule Părinte Efrem, atâtea amărăciuni şi dureri mă covârşesc, încât cu toată această povară poposesc înaintea ta. Nu găsesc cuvinte prin care să-ţi spun tot ce-mi sfâşie sufletul, însă suferinţa lăuntrică mi s-a făcut neîncetat suspin. Sunt dureri, nemulţumiri, neîmpăcări şi neîmpliniri care s-au adunat de-a lungul vremii. Primeşte-le pe toate aceastea întru pacea blândeţii tale. Cuprinde-mă şi pe mine în neasemuita ta dragoste şi milostivire, curăţindu-mă şi înnoindu-mă precum ştii doar tu. Fie-ţi milă de tot omul, căci nu sunt eu nici cel dintâi şi nici cel de pe urmă care aleargă către tine covârşit de întristare ori deznădejde. Pune în inima mea spor de nădejde şi credinţă, prin care să fac şi eu cinste chipului lui Dumnezeu după care am fost zidit. Învredniceşte-mă a mă apropia de Sfânta Spovedanie şi de Sfânta Euharistie, ca şi eu să mă fac părtaş marii taine a Întrupării Fiului lui Dumnezeu, împărtăşindu-mă cu Trupul şi Sângele Său, dăruit pentru viaţa lumii. Şi în acest fel întremându-se sufletul meu, fă-l să ia calea lui Dumnezeu, pe tine având-te neîncetat ocrotitor până la sfârşitul vieţii pământeşti, şi să trec apoi, cu bine şi în tărâmul luminii veşnice, pentru a-ţi putea mulţumi prin cuvinte care nu pot fi cuprinse aici, în lumea pământească. Fie ca toate acestea să se împlinească întru numele şi întru puterea Tatălui şi a Fiului şi a Sfântului Duh, acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

Şi se face otpustul:

Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, pentru rugăciunile Preacuratei Maicii Tale, ale Sfântului Efrem cel Nou şi ale Tuturor Sfinţilor, miluieşte-ne şi ne mântuieşte pe noi. Amin.

PARACLISUL SFANTULUI EFREM CEL NOU
LA VREME DE MAHNIRE DEZNADEJDE
ORI PRIMEJDUIRE SUFLETEASCA

După obişnuitul început se zic

Troparul şi condacul Sfântului Efrem:

Ai strălucit ca soarele pe Colina Neprihăniţilor şi ai urcat la Domnul pe calea martiriului, dându-ţi sufletul sub loviturile necredincioşilor, Sfinte Părinte Efrem, Mare Mucenic al lui Hristos. Pentru aceasta ai făcut ca dumnezeiescul har să se reverse neîncetat spre cei ce cu evlavie îţi strigă ţie: slavă Celui Ce ţi-a dăruit putere, slavă Celui Ce ţi-a dăruit harul tămăduirilor, slavă Celui Care dă tuturor tămăduiri prin tine

Pe Colina Neprihăniţilor te-ai întărit vieţuind întru nevoinţă, Părinte de Dumnezeu înţelepţite, şi de acolo ai purces pe calea muceniciei. Pentru aceasta Cel Care dăruieşte lumii viaţa cu îndoită cunună te-ai încununat, Mare Mucenice Efrem, şi te-a dăruit noul ca în tot locul să te avem ajutător şi să te rugăm cu stăruinţă: miluieşte-i pe cei ce te cinstesc pe tine.

Canonul Sfântului Efrem cel Nou

Cântarea I, glasul al 8-lea

Irmos:

Apa trecându-o ca pe uscat şi din răutatea egiptenilor scăpând israeliteanul, striga: Izbăvitorului şi lumnezeului nostru să-I cântăm.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe -oi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne r.tru seninul bunelor nădejdi.

Vestire de bucurie te faci tuturor celor care nă- :âjduiesc înspre ajutorul tău, Preacuvioase Părinte Lrrem, şi lucrând cu dumnezeiască delicateţe scrii în rimile noastre cuvintele cele de taină ale minimilor tale. Iartă neputinţele noastre, Sfinte Mare Mucenice, o învredniceşte-ne a ne înălţa mintea dincolo de re- eie pătimiri ale acestui veac trecător.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe -.oi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne r.tru seninul bunelor nădejdi.

În noianul nevoinţelor pustniceşti ai cunoscut amărăciunea cea cumplită a depărtării harului lui Dumnezeu, neclintitule Părinte Efrem, şi biruind orin îndelungă-răbdare te faci nouă far şi stea că- Juzitoare spre întremarea întru nădejde. De aceea :e cinstim pe tine cu voioşie în suflet, căci prin tine Domnul ne preschimbă lacrimile în bucurie.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

În potopul cel lin al milostivirilor tale, Cuvioase Mucenice Efrem, ne aflăm odihna şi acoperământul căci nici una din nevoile ori trebuinţele noastre nu le treci cu vederea. Păzeşte, Sfinte, şi casa sufletului nostru, ca nu cumva să fie potopită de apa cea mâloasă a necurăţiei şi păcatului.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

S-a împietrit prin păcat şi necredinţă inima noastră ş: nu găsim izbăvire din cumplitele dureri ale întunericului sufletesc, dumnezeiescule Efrem, însă pe tine având-te strălucire a luminilor cereşti, te rugăm să pecetluieşti în inimile şi minţile noastre numele tău sfinţit, ca pururea să te cinstim ca pe un Sfânt ocrotitor al nostru.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Dumnezeiasca ta cunoştinţă străbate acolo unde mintea noastră e neputincioasă, Sfinte Părinte Efrem, şi ajutându-ne întru toate ale noastre ne înveţi că deplin suntem cunoscuţi de Domnul şi nimic nu este neştiut dumnezeieştii Sale priviri. Intăreşte-ne, Preacuvioase, pe calea evangheliceştilor porunci ca să nu im biruiţi de împotmolirile cele amare ale poftelor şi slăvirilor lumeşti.

Slavă...

Cine poate grăi cum se cuvine despre blândeţea şi ruterea ta dumnezeiască, Preacuvioase Părinte Efrem? Z'nde nu poţi ajunge tu, cu noianul milei tale? Sau ce nu roţi tămădui, îndrepta ori plini? Ne închinăm ţie, prea- ninunatule Efrem, şi prin tine îl cinstim pe Dumnezeu

Zel Care te-a înveşmântat cu a Sa putere spre a săvârşi ucruri uimitoare şi de necuprins cu mintea.

Şi acum..., a Născătoarei de Dumnezeu:

Mult s-a întunecat sufletul nostru prin deznădejde, amărăciunea şi lacrimile ne sunt pâinea cea de toate zilele, iar sfâşierea lăuntrică ne schingiuieşte precum un tiran eumplit. Miluieşte-ne dăruindu-ne gânduri luminoase dintru bucuria învierii, Preacurată Fecioară, căd nimeni de pe pământ nu a cunoscut deplin durerea ta de Maică re care ai pătimit-o la răstignirea şi moartea Fiului tău.

Cântarea a IlI-a

Irmos:

Doamne, Cela Ce ai făcut cele de deasupra crugului ceresc şi ai zidit Biserica, Tu pe mine mă întăreşte Intru dragostea Ta, că Tu eşti marginea doririlor şi credindoşilor întărire, Unule, Iubitorule de oameni.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Ca o maică preabună te apleci asupra noastră ş: mâna ta dumnezeiască săvârşeşte minuni grabnice tămăduind mâhniri şi suferinţe, iar sufletele noastre umplându-le de mireasma recunoştinţei. Pentru aceasta, Preacuvioase Mucenice Efrem, cu sârguinţă vestim minunile tale spre a fi proslăvit şi de noi pe pământ aşa cum eşti slăvit de Dumnezeu în Ceruri.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Prin darurile tale biruim orice necaz, Preacuvioase Părinte Efrem, iar înfricoşările cele diavoleşti sunt spulberate de puterea cea lină a sfinţeniei tale. De aceea te rugăm să luminezi minţile şi inimile noastre ca în duh şi în adevăr să cinstim întregul sobor al Sfinţilor lui Dumnezeu şi cu recunoştinţă să grăim: Bucu- raţi-vă, Sfinţilor ai lui Dumnezeu, căd întru voi s-a plinit cugetul cel mai înainte de ved al Preasfintei Treimi!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Innoind inimile şi vieţile noastre şi dăruindu-ne un nou început, Cuvioase Părinte Efrem, ne arăţi că obârşia noastră e la Dumnezeu şi Lui se cuvine să-I dăruim toată cinstirea şi dragostea noastră. Pentru aceea

îţi mulţumim că ne eşti precum un frate mai mare şi prieten minunat şi-ţi grăim: Bucură-te, dumnezeiescule Efrem, căci mila ta pune puternică stavilă morţii!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Blândeţea ta cea preacurată să înveşmânteze sunetele noastre, Sfinte Părinte Efrem, ca dimpreună să rrăznuim biruinţa mucenidei tale şi puterea prin care ii răbdat loviturile vrăjmaşilor. Ocroteşte-i pe pruncii noştri şi cu tăria ta dumnezeiască îi creşte spre a do- rândi preamărire de la Hristos-Dumnezeu, Cel Care ri-a întins braţele pe Cruce şi va judeca lumea.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne ntru seninul bunelor nădejdi.

Cu beţia patimilor ne îmbătăm în fiecare zi, Mare Mucenice Efrem, dar tu cu dragostea ta nemărginită -e îmbrăţişezi în chip tainic şi ne ridid către trezvia minţii, arătându-ne cu blândeţe păcatele noastre. Cum am putea să-ţi mulţumim pentru neîncetatele rinefaceri, pentru mulţimea de tămăduiri şi pentru îmbelşugatele revărsări de har? Pentru aceea, ne închinăm înaintea ta şi tuturora mărturisim că eşti proslăvit întru Biserica lui Hristos cea una, sfântă, sobornicească şi apostolească.

Slavă...

Taină preamare este adâncul ne voinţelor tale ? nu este cu putinţă minţii noastre prunceşti să cuprir- dă noianul durerilor şi al pătimirilor ce le-ai răbda: Sfinte Mare Mucenice Efrem. însă nădăjduind într. rugăciunile tale, te rugăm să ne povăţuieşti în cale; cea strâmtă a acestei vieţi, iar la Judecată ne învredniceşte a fi şi noi rânduiţi de-a dreapta lui Dumne- zeu-Cuvântul.

Şi acum..., a Născătoarei de Dumnezeu:

Preablândă şi întrutotmilostivă Maică a lui Durr- nezeu, cu privirea ta cea lină şi dumnezeiască cuprinde sufletele noastre şi tămăduieşte-ne rănile *ce.-.* ascunse, pe care din pricina marii dureri le tăinuir în străfundul sufletelor. Vindecă-ne, Preacurată, durerea inimilor căci întru Duhul Sfânt nimic din *ce.-.* ale noastre nu-ţi este străin, iar lacrimile şi mijlocirii tale de Maică sunt pururea biruitoare înaintea Fiului tău şi Dumnezeului nostru.

Stihiri:

Putred şi găunos s-a făcut omul prin gustarea dr pomul cunoştinţei binelui şi răului, iar tu, Sfinte Părinte Efrem, întru sângiuirile muceniciei te-ai făcut următor al Stăpânului Hristos, dăruind tainică îmbrăţişai firii omeneşti. Prin dumnezeiască iconomie trupul tău a fost ascuns în scorbura copacului ca nouă, celor orbiţi de moarte, să ne fie sământă şi sevă a Pomului Vieţii Veşnice cel pururea înfloritor şi roditor.

Biruind focul patimilor trupeşti şi izbândind întru pârjolul muceniciei, ne dăruieşti rouă rugăciuni- :r tale, Preacuvioase Părinte Efrem, şi ne scoţi din mrinderea poftelor şi a multor primejdii.

Este cu neputinţă să moară cel care îi urmează ntru adevăr Stăpânului Hristos, şi întru această pu- ere venind tu în mijlocul nostru, Părinte Efrem, cu r.drăzneală mărturisim tuturor, grăind: Sfântul este întru totul viu!

Preotul zice ectenia: Miluieşte-ne pe noi, Dumneze- *~e... la care îi pomeneşte pe cei pentru care se face paradişi. Dacă paraclisul se săvârşeşte fără preot, aici vom zice:* Sfinte Părinte şi Mare Mucenice Efrem, Mare Tămă- :uitor şi Făcător de minuni, milostiveşte-te spre robii ăi aceştia... şi pomenim numele celor pentru care ne –-găm. Doamne miluieşte *(de 12 ori). Apoi preotul zice ronisul:* Că milostiv şi iubitor de oameni Dumnezeu tfti şi Ţie slavă înălţăm, Tatălui şi Fiului şi Sfântului r-jh, acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

Sedealna, glasul al 4-lea:

Prin puterea dragostei lui Hristos, păcatele, belşugurile, neputinţele şi sfâşierile noastre lăuntrice le iei asupra ta, preablândule Părinte Efrem, şi întru acest chip stai înaintea Tronului Dumnezeirii, înveşmântat cu preaslăvita haină a smereniei. Pentru aceasta te rugăm să ne tămăduieşti pe noi, îndulcindu-ne cu o picătura din dumnezeescul tău har ca să nu fim biruiţi de mâhnirea cea amară care ne întâmpină in multe feluri.

Cântarea a TV-a

Irmos:

Tu eşti întărirea celor ce aleargă la Tine, Doamne, Tu eşti lumina celor întunecaţi şi pe Tine Te laudi duhul meu.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Strălucind întru cetele Sfinţilor, dumnezeiescule Efrem, te faci grabnic ajutător celor aflaţi în deznădejde, necazuri şi nevoi şi pe nimeni

nu treci cu vede rea dintre cei ce cheamă numele tău. Pentru aceea ş noi alergăm cu grăbire către tine rugându-te să mr- loceşti, dimpreună cu toţi Sfinţii, pentru mântuire; sufletelor şi a trupurilor noastre.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Strălucirea dumnezeiască a feţei tale nu este cu putinţă să fie descrisă în cuvinte omeneşti, Cuvioase Mare Mucenice Efrem, iar puterea tămăduitoare; îmbrăţişării tale de taină nu poate fi pricepută deplin decât de cei care dimpreună cu Hristos, Dumnezeu, au biruit moartea şi iadul. Pentru aceea, voim să purcedem a ne închina moaştelor tale şi-ţi grăim cu recuroştinţă: Bucură-te, Sfinte Părinte Efrem, lacrimă şi mbrăţişare îndumnezeită dăruită firii omeneşti!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe -oi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne ntru seninul bunelor nădejdi.

Răceala necredinţei şi zăduful patimilor ne lovesc, Sfinte Părinte Efrem, dar tu ne izbăveşte din robia cugetului lumesc şi ne ridică spre lucrarea dumnezeieştilor porunci. Soare arzător al fărădelegilor r* ger pătrunzător aprinderilor noastre trupeşti te 3, Preacuvioase, ca să-ţi putem cânta cu vrednicie: Bucură-te, Mare Mucenice al lui Hristos, grabnic iăruitor de tămăduire!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe roi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne intru seninul bunelor nădejdi.

Afundatu-s-a în moarte sufletul nostru şi prin nimic nu mai poate fi înviat decât prin moartea lui Hris- ms, Fiul lui Dumnezeu. Umple-ne şi pe noi de biruinţa .-ea dumnezeiască a învierii, Preacuvioase Efrem, ca pururea să vestim minunile tale şi să te preamărim ântând: Bucură-te, Mucenice al lui Dumnezeu, căci prin moartea ta ai omorât încă o dată moartea!

Bunătate fară de margini şi ocrotire părintească ni *s-a f*ăcut braţul tău cel puternic, Sfinte Efrem, dăruindu-ne tămăduire şi călăuzindu-ne spre tărâmul *înţelepciunii.* Pentru aceea, şi noi cu bucurie şi cu lacrimi *de* recunoştinţă îţi mulţumim şi te rugăm să temeluieşti casa sufletului nostru pe piatra evangheliceştilor porunci.

Slavă...

Pecetluindu-ţi prin puterea Sfintei Cruci viaţa, nevoinţele şi

ostenelile tale cele de multe feluri, Sfinte Efrem, vii neîncetat să ne binecuvântezi şi să ne arăti că eşti pururea viu. Pentru aceasta, cu mulţumire cădem înaintea ta şi te rugăm să ne învredniceşti a fi părtaşi binecuvântării celei veşnice a împărăţiei lu Dumnezeu.

Şi acum..., a Născătoarei de Dumnezeu:

Se va sfârşi lumea aceasta într-o clipită şi va veni ceasul arătării împărăţiei celei gătite mai înainte ca întemeierea lumii. Cum voi sta înaintea Prealuminatului şi Preacuratului tău Fiu, Măicuţa lui Dumnezeu? Toate ale mele se vor vedea limpede, iar dragostea dumnezeiască va cere de la mine răspuns ca dragoste. Vai, vai, vai mie! Inima mea este putredă găunoasă şi pustie şi nu este loc pentru Dumneze. întru ea. Pe mine cel cu totul necurat şi pângărit mi miluieşte, Preacurată Fecioară, ca să se aprindă şi în inima mea scânteia dragostei dumnezeieşti.

Cantarea a V-a

Irmos:

Luminează-ne pe noi, Doamne, cu poruncile Tale si cu braţul Tău cel preaînalt; pacea Ta dă-o nouă, iubitorule de oameni.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Chipul tău cel străluminat ne vesteşte biruinţa :ea fără de seamăn a ostenelilor tale, Preacuvioase Mucenice Efrem, iar minunile tale grăiesc prin fapte :espre puterea pe care ai primit-o de la Stăpânul şi Dumnezeul nostru. Cu râvnă alergăm către ocrotirile :ale şi ne rugăm ţie cu credinţă: izbăveşte-ne, Sfinte, din puhoiul acestei lumi, ca să nu ajungem jertfă a răutăţilor, ci să ne învrednicim a-L purta pe Hristos-Dumnezeu în inimile noastre.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne ntru seninul bunelor nădejdi.

Lăcomia pântecelui ni s-a făcut poartă spre suferinţă d moarte, însă lacrimile tale ne străjuiesc, Mucenice, îindu-ne bună întâmpinare întru toate nevoile. Ridică- ne, Preacuvioase, din îndulcirea pătimirilor lumeşti, n şi noi cu îndrăznire să-ţi cântăm aşa: Bucură-te, Sfinte Efrem, căci prin gustul aprig al muceniciei ai atins gustarea cea veche a strămoşilor!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Cu adevărat, naşterea cea după duh ne este răstignire, iar nevoinţele tale, Sfinte Părinte Efrem, ni se fac cunoştinţă şi inel de taină, care ne pogoară întru cele mai de dedesubt, adeverindu-ne puterea cea cumplită a iadului şi a morţii. Arată-ne, Preacuvioase, strălucirile Vieţii ce a biruit moartea şi ale Luminii care a biruit iadul, ca prin ele să fim şi noi călăuziţi pe căile cele tainice ale dumnezeieştii Pronii.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Ca o povară de nesuferit s-au făcut păcatele şi fărădelegile noastre, dumnezeiescule Efrem, şi nimic nu putem săvârşi fără a fi stăpâniţi de junghiurile morţii, însă alergând către milele tale, te rugăm cu bună nădejde şi îţi grăim: Ridică-ne, blândule Părinte, din aplecarea către cele pământeşti, străluminându-ne cu chipul tău cel slăvit întru lumina Dumnezeirii.

Cu veşmântul cuvântului împodobindu-ţi tu însuţi lucrările şi minunile pe care le săvârşeşti neîncetat, dumnezeiescule Părinte Efrem, ne faci şi pe noi părtaşi mărturisirii sfinţeniei tale în obştea cea binecredincioasă a românilor. Primeşte puţina noastră osteneală, Cuvioase Mucenice, şi ne iartă pentru toată neputinţa, căci din adâncul sufletului îţi cerem iertare şi cu mare dor râvnim ca în veacul viitor să ne învredniceşti dumnezeieştii tale îmbrăţişări.

Slavă...

Nimic din cele ale noastre nu este pentru tine neînsemnat, iar dragostea ta părintească ni se face acoperământ lin şi nespus de puternic, Sfinte Părinte Efrem. Cum să-ţi mulţumim? Cu ce cuvinte de laudă să te proslăvim? Binecuvântat să fii în veci, Mare Mucenice şi Tămăduitorule Efrem, căci ajungând la măsura bărbatului desăvârşit degrab te pogori cu nespusă smerenie şi dragoste împlinind cererile îndreptate către tine.

Şi acum..., a Născătoarei de Dumnezeu:

Preacurată Născătoare de Dumnezeu, tu cunoşti suspinul cel adânc şi durerea inimii mele şi ştii că gândurile cele întunecate ale mâhnirii şi deznădejdii îmi macină toate puterile sufleteşti. Miluieşte-mă, Sfântă Fecioară, şi pune un strop de putere în frământătura sufletului ca să dospească şi întru mine încredinţarea dragostei celei dumnezeieşti.

Doamne, Cela Ce ai făcut cele de deasupra crugului ceresc şi ai zidit Biserica, Tu pe mine mă întăreşte întru dragostea Ta, că Tu eşti marginea doririlor ş: credincioşilor întărire, Unule, Iubitorule de oameni.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Precum o cântare de biruinţă s-a făcut salba minunilor tale, Sfinte Părinte Efrem, împodobind cu ele firea omenească ca şi cu nişte nestemate de mare preţ. Picioarele tale grabnic ne aleargă în întâmpinare, iar mâinile tale revarsă necurmat darea cea bună, pentru aceea inimile noastre se veselesc şi îţi cântă aşa: Bucură-te, Sfinte Mare Mucenice Efrem, glas al cântului ceresc, dăruit nouă dintru adâncul smereniei lui Hristos!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Cu revărsarea darului tău celui sfânt umpli de viaţă şi dăruieşti tămăduire deplină tuturor celor ce vin la tine cu credinţă şi rugăciune, Sfinte Mare Mucenice Efrem. Pentru aceea şi noi alergăm către tine cu osârdie şi te rugăm, Cuvioase Părinte, binecuvântează pe toţi cei care te cinstesc, ca dimpreună să fim moşteni ai Dumnezeului tău şi Dumnezeului nostru.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne intru seninul bunelor nădejdi.

Stropind cu sângele tău mucenicesc pământul, mai apoi ai fost îngropat în sânurile lui, tăinuindu-te vreme de cinci veacuri, Sfinte Cuvioase Efrem, iar la vremea rânduită de Dumnezeu te-ai făcut cunoscut nouă răsărind din pântecele pământului ca şi un vlăstar al dumnezeieştii sfinţenii. Mijlocitor fă-te nouă înaintea tronului Dumnezeirii, ca dimpreună cu sănătatea trupului să o dobândim şi pe cea a sufletului şi cu putere să-ţi cântăm: Bucură-te, Sfinte Efrem, răsărit limpede al bunăvoirii dumnezeieşti!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne intru seninul bunelor nădejdi.

Strălucitoare rază a Soarelui Dreptăţii ne eşti, Sfinte Mare Mucenice Efrem, încălzind inimile noastre cu puterea ocrotirilor tale şi revărsând noian de tămăduiri şi binefaceri asupra celor care aleargă către tine cu credinţă. De aceea şi noi râvnim să îţi aducem dar de

cuvânt şi mărturisire, grăind: Bucură-te Sfinte Părinte Efrem, surâs şi dar ceresc pururea înveşmântat întru lumină!

Minunare neîncetată ne pricinuieşti şi umpli *di* bucurie sufletele noastre, dumnezeiescule Părinte Efrem, arătându-te grabnic folositor celor care îţi ce: ajutorul. De aceea nădăjduim în mijlocirile tale şi te rugăm: stârpeşte gândurile necredinţei şi învaţă-ne a vedea întru toate puterea cea nemărginită şi dătătoare de viaţă a lui Dumnezeu.

Slavă...

întru adumbrirea ta cea plină de lumină se odihnesc sufletele noastre, Sfinte Mare Mucenice Efrem şi de aceea alergăm cu grăbire spre mijlocirile tale sfinte. Primeşte dragostea şi recunoştinţa ce ţi-o purtăm şi ajută-ne şi pe noi să purtăm lupta cea bună, ca prin iubirea de osteneală să ne împărtăşim din taina cea adâncă a proslăvirii tale mucenicești.

Şi acum..., a Născătoarei de Dumnezeu:

Osteneală neîncetată este purtarea crucii, iar omul cel vechi dinlăuntrul nostru nu suferă această nevo- inţă căd iubeşte cu îndârjire lumea, trupul şi plăcerile cele simţite. De aceea alergăm către tine, Preamilosti- vă şi Preacurată Fedoară, şi cu lacrimi îţi cerem ajutorul pentru ca întru adevăr şi în faptă să iubim şi noi Crucea Fiului tău şi Dumnezeului nostru.

Stihiri:

Pildă de smerenie te-ai făcut nouă tuturor, Preacuvioase Efrem, căd pentru întărirea noastră în credinţă ai iconomisit multe feluri de minuni şi până astăzi nu te-ai scârbit de noi, cei ce suntem atât de zăbavnici întru fapta cea bună.

Ajută-ne, Sfinte Părinte Efrem, ca prin credinţă şi nădejde bună să dobândim ajutorul cel de Sus şi întru acest chip să biruim mulţimea asupririlor şi a cumplitelor învolburări ale acestei lumi.

învăţându-ne să fim cu luare-aminte şi recunoscători, ne izbăveşti de nesimţirea sufletească şi de împietrirea cea învârtoşată a mândriei, Preacuvioase Mucenice Efrem. Pentru aceasta, te rugăm să veghezi în toată vremea asupra noastră şi luminându-ne cugetele cu raza smereniei, ridică-ne întru lucrarea evan- gheliceştilor porunci.

Preotul zice ectenia: Miluieşte-ne pe noi, Dumnezeule... **la care îi pomeneşte pe cei pentru care se face paraclisul. Dacă paraclisul se săvârşeşte fără preot, aici vom zice:** Sfinte Părinte şi Mare Mucenice Efrem, Mare Tămăduitor şi Făcător de minuni, milostiveşte-te spre robii tăi aceştia... şi pomenim numele celor pentru care ne rugăm. Doamne miluieşte **(de 12 ori). Apoi preotul zice ecfbnisul:** Că

milostiv şi iubitor de oameni Dumnezeu eşti şi Ţie slavă înălţăm. Tatălui şi Fiului şi Sfântului Duh, acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

Condac, glasul al 3-lea:

Mulţimea nevoinţelor călugăreşti şi a pătimirilor Tiuceniceşti le-ai purtat pe umerii tăi, precum o cruce, Sfinte Părinte Efrem, şi ai urmat Stăpânului Hristos, Cel Care a luat asupra Sa toată neputinţa, pătimirea şi toată osânda păcatelor noastre.

Prochimen, glasul al 4-lea:

Cinstită este înaintea Domnului moartea cuviosilor Lui.

Stih: Ce vom răsplăti Domnului pentru toate câte ne-a dat nouă?

APOSTOLUL

Preotul: înţelepciune.

Din Epistola către Romani a Sfântului Apostol Pavel citire *(8,28-39):*

(Dacă la săvârşirea paraclisului nu se află nici un preot or. diacon, Apostolul şi Evanghelia pot fi citite de către un simplu credincios, cu luare-aminte, cu smerenie şi dragoste)

Ştim că Dumnezeu toate le lucrează spre binele celor ce iubesc pe Dumnezeu, al celor care sunt chemati după voia Lui; căci pe cei pe care i-a cunoscut mai înainte, mai înainte i-a şi hotărât să fie asemenea chipului Fiului Său, ca El să fie întâi născut între mulţi fraţi. Iar pe care i-a hotărât mai înainte, pe aceştia i-a şi chemat şi pe care i-a chemat, pe aceştia i-a şi îndreptat; iar pe care i-a îndreptat, pe aceştia i-a şi mărit. Ce vom zice deci la acestea? Dacă Dumnezeu e pentru noi, cine este împotriva noastră? El, Care pe însuşi Fiul Său nu L-a cruţat, ci L-a dat morţii pentru noi toţi, cum nu ne va da, oare, toate împreună cu El? Cine va ridica pâră împotriva aleşilor lui Dumnezeu? Dumnezeu este Cel Care îndreptează; Cine este Cel Care osândeşte? Hristos, Cel Care a murit şi mai ales Cel Care a înviat, Care şi este de-a dreapta lui Dumnezeu, Care mijloceşte pentru noi! Cine ne va despărţi pe noi de dragostea lui Hristos? Necazul, sau strâmtorarea, sau prigoana, sau foametea, sau lipsa de îmbrăcăminte, sau primejdia, sau sabia? Precum este scris: „Pentru Tine suntem omorâţi toată ziua, socotiţi am fost ca nişte oi de junghiere". Dar în toate acestea suntem mai mult decât biruitori, prin Acela Care ne-a iubit. Căci sunt încredinţat că nici moartea, nici viaţa, nici îngerii, nici stăpânirile, nici cele de acum, nici cele ce vor fi, nici puterile, nici înălţimea, nici adâncul şi nici o altă făptură nu va putea să ne despartă pe noi de dragostea lui Dumnezeu cea întru Hristos Iisus, Domnul nostru.

Preotul: Pace ţie, dtitorule.

Citeţul: Şi duhului tău. Aliluia...

EVANGHELIA

(Luca **6,**17-23)

Preotul: Cu înţelepdune drepţi, să ascultăm Sfânta Evanghelie. Pace tuturor.

Credincioşii: Şi duhului tău.

Preoţul: Din Sfânta Evanghelie de la Sfântul Apostol şi Evanghelist Luca citire.

Credincioşii: Slavă Ţie, Doamne, slavă Ţie.

Preotul: Să luăm aminte.

În vremea aceea, a stat Iisus în loc şes şi mulţime multă de ucenici ai Săi şi mulţime mare de popor din toată Iudeea, din Ierusalim şi de pe ţărmul Tirului şi al Sidonului, care veniseră ca să-L asculte şi să se vindece de bolile lor. Şi cei chinuiţi de duhuri necurate se vindecau. Şi toată mulţimea căuta să se atingă de El, că putere ieşea din El şi-i vindeca pe toţi. Şi El, ridicându-Şi ochii spre ucenicii Săi, zicea: Fericiţi voi, cei săraci, că a voastră este împărăţia lui Dumnezeu. Fericiţi voi, care flămânziţi acum, că vă veţi sătura. Fericiţi cei ce plângeţi acum, că veţi râde. Fericiţi veţi fi când oamenii vă vor urî pe voi şi vă vor izgoni dintre ei şi vă vor batjocori şi vor lepăda numele vostru ca rău din pricina Fiului Omului. Bucuraţi-vă în ziua aceea şi vă veseliţi, că, iată, plata voastră multă este în Cer.

Slavă Tatălui şi Fiului şi Sfântului Duh.

Pentru rugăciunile Preacuviosului Tău Efrem, Milostive, curăţeşte mulţimea greşelilor noastre.

Şi acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

Pentru rugăciunile Născătoarei de Dumnezeu, Milostive, curăţeşte mulţimea greşelilor noastre.

Stih: Miluieşte-ne, Dumnezeule, după mare mid Ta şi după mulţimea îndurărilor Tale, curăţeşte fărădelegile noastre.

Stihire, glasul al 6-lea:

Călăuză fă-te nouă, Părinte Efrem, ca prin rugăcăciunile şi ajutorul tău să biruim toate învolburările lumesti şi ispitirile vrăjmaşului şi să dobândim încredinţarea cea smerită a necuprinsei milostiviri a lui Dumnezeu.

Preotul:

Mântuieşte, Dumnezeule, poporul Tău şi binecuvintează moştenirea Ta. Cercetează lumea Ta cu milă şi cu îndurări. înalţă fruntea dreptmăritorilor creştini şi trimite peste noi milele Tale cele bogate. Pentru rugăciunile Preacuratei Stăpânei noastre Născătoarei de Dumnezeu şi pururea Fecioarei Maria; cu puterea cinstitei şi de viaţă

făcătoarei Cruci; cu folosirile cinstitelor Puteri Cereşti celor fără de trup; pentru rugăciunile cinstitului, măritului Prooroc, Inainte- mergătorului şi Botezătorului Ioan; ale Sfinţilor, măriţilor şi întru tot lăudaţilor Apostoli; ale celor între Sfinţi Părinţii noştri, mari dascăli şi ierarhi: Vasile cel Mare, Grigorie de Dumnezeu Cuvântătorul şi Ioan Gură de Aur, Atanasie cel Mare, Chirii, Nicolae al Mirelor Lichiei şi Spiridon al Trimitundei, făcătorii de minimi; ale Sfinţilor, măriţilor, bunilor biruitori Mucenici; ale Sfântului Preacuviosului Mare Mucenic şi Tămăduitor Efrem cel Nou; ale Preacuvioşilor şi de Dumnezeu purtători părinţii noştri: Grigorie Decapolitul, Nicodim cel sfinţit şi Dimitrie cel Nou; ale Sfinţilor şi drepţilor dumnezeieşti părinţi Ioachim şi Ana; ale Sfântului *(numele),* a cărui pomenire o săvârşim astăzi, şi pentru ale Tuturor Sfinţilor, rugămu-ne, Multmilostive Doamne, auzi-ne pe noi, păcătoşii, şi **ne miluieste ne noi.** Doamne miluieşte *(de 12 ori).*

Apoi ecfonisul:

Cu mila şi cu îndurările şi cu iubirea de oameni...

(*Dacă paraclisul se săvârşeşte fără preot, credinciosul zice această rugăciune:)*

O, preablândule Părinte Efrem, niciunul dintre cei care se încred întru tine nu rămâne fără de răspuns, căci mila ta degrab ne cuprinde întru toate nevoile, prin faptă adeverind tuturor că eşti grabnic ajutător şi arătându-te ca pe un izvor nesecat ce ne adapă cu veşnica milostivire a Preasfintei si de viată Făcătoarei Treimi. Minunata mireasmă a sfinţeniei tale ne învăluie pe toţi cei care ne apropiem de tine cu credinţă, iar darul tău neîncetat face să sporească în inimile noastre puterea nădejdii celei sfinte. Fă-te împreună-călă- tor cu noi în această viaţă pământească ajutându-ne întru împlinirea evangheliceştilor porunci, căd multe şi neştiute sunt căile acestei vieţi şi felurită e mulţimea întâmplărilor care ne întâmpină; însă fiind povăţuiţi de lumina ta cea străludtoare, cu grăbire dobândim putere să ne ridicăm din lunecările noastre în păcat. Ajută-ne ca prin harul tău să biruim şi noi lucrarea cea de-a stânga a slavei deşarte şi a întristării celei rele şi, făcându-ne roditori întru smerenie, să cunoaştem strălucirea nevoinţelor tale şi să pricepem că întru Adevăr eşti minte îndumnezeită, împodobită cu rouă cereştii cunoştinţe. Fie ca bunătatea ta cea plină de lumină să cuprindă sufletele şi trupurile noastre, iar darul tău cel tămăduitor să vindece în chip minunat bolile şi mâhnirile noastre cele de multe feluri. Cu această nădejde în inimi, cu umilinţă alergăm către tine şi mulţumin- du-ţi îţi grăim: Bucură-te, potir îmbelşugat al bunelor dăruiri dumnezeieşti; bucură-te, comoară dăruită nouă de dreapta cea

puternică a Părintelui Ceresc; bucură-te, curăţie străluminată împletită cu podoaba sângelui mucenicesc!

Doamne miluieşte *(de 12 ori).*

Cântarea a Vlî-a

Irmos:

Tinerii cei ce au mers din Iudeea în Babilon oa- recând cu credinţa Treimii văpaia cuptorului au călcat-o, cântând: Dumnezeul Părinţilor noştri, bine eşti cuvântat.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Ai ostenit îndelung întru muceniceştile cazne, Sfinte Părinte Efrem, şi alergarea cea bună o ai săvârşit, intrând în locaşurile cereşti înveşmântat cu haina pătimirilor tale şi purtând pe cap cununa biruinţei întru Hristos Domnul. Miluieşte-ne şi dăruieşte-ne izbândă, Mare Mucenice, tuturor celor care îţi cerem ajutorul şi te cinstim întru cuvinte de rugăciune.

Stih: **Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe** noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne intru seninul bunelor nădejdi.

Cu *chipul tău îndumnezeit străluminezi* vieţile noastre, Mare Mucenice al lui Hristos, şi toate neliniştile noastre se risipesc precum fumul împrăştiat de vânt. Nevrednici suntem noi de a-ţi aduce laudă, însă umplându-ni-se inima de recunoştinţă, îndrăznim a-ţi grăi aşa: Bucură-te, Sfinte Efrem, dangăt ceresc al milostivirii lui Dumnezeu!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Grabnică întâmpinare ne este dragostea ta, Cuvioase Mucenice, căd înainte de a te cunoaşte, ne slujeşti şi te porţi cu noi ca şi un prieten bun, povăţuin- du-ne în căile cele care duc la Dumnezeu. Ridică-ne, Sfinte Efrem, întru buna înţelegere a Evangheliei, ca prinzând putere din împlinirea poruncilor să cunoaştem lucrurile vătămătoare pe care le ascundem în tainiţele sufletului.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Frumuseţe de necuprins cu mintea revarsă chipu tău, Sfinte Mare Mucenice Efrem, împurpurând sufle

tele noastre cu vestirea zorilor Veşniciei, iar trupurile

tămăduindu-le cu pecetea darului tău. Luminează şi chipurile noastre, minunatule Părinte, ca întru puterea ta să vestim tuturor minunile şi binefacerile tale.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Pogorându-te neîncetat prin lucrarea smereniei, le cuprinzi pe toate ale noastre, Preacuvioase Efrem, iar prin dragostea ta le plineşti cu grăbire pe cele care ne sunt de trebuinţă. îţi mulţumim cu bucurie, preabunule Părinte, şi te rugăm luminează-ne cărările vieţii ca ele să ne ducă întru Veşnicia cea fericită.

Slavă...

Ca un blând şi grabnic ajutător prieten ni te faci cunoscut, dumnezeiescule Părinte Efrem, şi noi înşine ştiindu-ne întunecimea păcătoşeniei ne minunăm că nu te scârbeşti de noi, cei cu totul robiţi cugetelor pământeşti. Invaţă-ne şi pe noi, Mare Mucenice al lui Hristos, a purta gândurile roditoare de răbdare şi de pocăinţă, ca şi dintru inimile noastre să odrăslească muguri ce înfloresc întru Viaţa cea Veşnică.

Şi acum..., a Născătoarei de Dumnezeu:

Cu totul eşti înveşmântată întru lumină şi negrăită este frumuseţea ta, Preacurată Maică a Domnului, tar razele milostivirilor tale revarsă spre noi darul cunoştinţei celei nemincinoase. Cuprinde-ne şi pe noi întru lumina ta cea curată, Născătoare de Dumnezeu, strălucinând inimile şi minţile noastre şi îmbăr- bătându-ne spre plinirea evangheliceştilor porunci.

Cântarea a VIII-a

Irmos:

Pe împăratul Ceresc, pe Care îl laudă oştile îngereşti, lăudaţi-L şi-L preaînălţaţi întru toţi vecii.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

învolburarea sufletească şi deznădejdea ne asupresc cu năvălirea lor, Sfinte Mare Mucenice Efrem, dar cinstind chipul tău cel zugrăvit în icoane se face roditoare întru noi sămânţa păcii lui Dumnezeu şi a binecuvântării tale părinteşti. Nu înceta să ne fii pururi aproape, ca şi noi, veselindu-ne de nădejdea întru tine, să-ţi cântăm cu recunoştinţă: Bucură-te, Sfinte Părinte Efrem, pace sfântă ce rodeşte seninul blândeţii!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Suspinul îl preschimbi în surâs, lacrima în zâmbet, mâhnirea în bună nădejde, iar povara sufletească în bucurie, Sfinte Mare Mucenice Efrem. Pentru aceea şi noi pomenindu-te în rugăciunile noastre, cunoaştem cum ne înseninezi sufletele şi ne dăruieşti nădejdea cea limpede şi izvorâtoare de viaţă şi îţi grăim: Bu- cură-te, Sfinte Părinte Efrem, mireasmă cerească ce biruieste orice întristare!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Cu privirea ta străvăzătoare cunoşti toate tainele noastre, Sfinte Părinte Efrem, iar dragostea ta cea nesfârşită revarsă peste sufletele noastre binecuvântarea cea dumnezeiască. Umple inimile noastre cu plinirea poruncilor, ca întru lucrarea acestora să pricepem mai bine calea nevoinţei şi a muceniciei tale şi să-ţi cântăm: Bucură-te, Sfinte Efrem, bogăţie neîmpuţinată a milostivirii lui Dumnezeu!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Înnoire a lumii ai adus lumii prin mucenicia ta, Cuvioase Efrem, şi sorbind amarul cel cumplit al pătimirilor celor de multe feluri, Dumnezeu ţi-a dat putere să tămăduieşti beteşugurile noastre sufleteşti şi trupeşti. Pentru aceea, maicile aleargă către tine cu credinţă şi, dobândind darul naşterii de prunci, prin lacrimi de recunoştinţă împodobesc numele tău şi îţi cântă cu dragoste: Bucură-te, Sfinte Părinte Efrem, braţ şi tărie dumnezeiască veghetoare asupra pruncilor şi a întregii familii!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Neîncetată îţi este purtarea de grijă, iar dragostea ta ocrotitoare se revarsă neîncetat asupra noastră, dumne- zeiescule Efrem, plămădind întru noi aluatul recunoştinţei şi al bunei-dnstiri. Inalţă-ne, Sfinte, dintru gândurile pământeşti ca să ne aducem cu totul înaintea lui Dumnezeu şi aşa înfăţişându-ne Lui, să-I mulţumim din toată inima pentru darurile Dumnezeieştii liturghii.

Slavă...

Noianul minimilor tale vesteşte belşugul de har ce ţi-a fost dăruit

de Sus, Mare Mucenice Efrem, iar mijlocirile tale necurmate ne umplu de nădejdea cea curată a binecuvântărilor cereşti. Fie ca prin ale tale rugăciuni şi prin dragostea ta cea neîmpuţinată să dobândim şi noi puterea unei inimi ce se face iubitoare de Dumnezeu.

Şi acum..., a Născătoarei de Dumnezeu:

Sălaş al sfinţeniei care L-a încăput pe Dumne- zeu-Cuvântul te mărturisim pe tine, Maică Fecioară, şi ştim cu încredinţare că mijlocirile tale sunt preapu- temice înaintea Fiului Tău. Tămăduieşte mâhnirile şi deznădejdea noastră, Preacurată, ca neîncetat să te lăudăm şi tuturor să vestim nepreţuitele tale dăruiri şi dragostea neţărmurită ce o porţi firii omeneşti.

Stih: Să lăudăm, bine să cuvântăm şi să ne închinăm Domnului, cântându-I şi preaslăvindu-L pe Dânsul întru toţi vecii.

Cântarea a ÎX-a

Irmos:

Spăimântatu-s-au cerurile şi marginile pământului s-au cutremurat, că Dumnezeu S-a arătat oamenilor în trup.

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Ca un minunat făurar împodobeşti cu minunile tale Biserica lui Hristos-Dumnezeu, Sfinte Mare Mucenice Efrem, săvârşind dimpreună cu toţi Sfinţii lucrarea cea bineplăcută a Părintelui Ceresc. Pentru aceea şi noi venim către tine şi te rugăm înveşmântează cu pace inimile şi minţile noastre, ca întru limpezimea sufletului să îţi grăim: Bucură-te, Sfinte Părinte Efrem, azur nestrămutat pe care se întind norii :ei luminoşi ai dăruirilor tale!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne intru seninul bunelor nădejdi.

Cununa pătimirilor tale ni s-a făcut izvor de binecuvântări, Sfinte Mare Mucenice Efrem, iar untdelemnul din candela ta dăruieşte tămăduiri, ca toţi dimpreună să ne încredinţăm că întreaga ta viaţă a fost o ardere-de-tot înaintea Preasfintei Treimi. Miluieste-ne pe noi cei care cu recunoştinţă îţi cântăm: Bucură-te, Sfinte Efrem, măslin sfinţit ce umbreşti lumea întreagă cu ramurile păcii sfinte!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Dascăl al credinţei, al rugăciunii şi al bunelor făptuiri te cunoaştem

pe tine, Sfinte Părinte Efrem, şi suntem încredinţaţi că nici o trebuinţă de a noastră nu este trecută cu vederea de tine. Miluieşte-ne, Cuvioase, învrednicindu-ne şi pe noi ca dimpreună să- ţi cântăm: Bucură-te, Mare Mucenice Efrem, rază a ochiului inimii şi clinchet al bunelor auziri lăuntricei

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne pe noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Fruntea ta este încununată cu nestemate fără de seamăn, iar podoaba dumnezeieştii lumini se revarsă dintru tine, Mare Mucenice şi Cuvioase Efrem. Cu bucur- şi suspin venim înaintea ta şi, cunoscând o părticica din slava ta şi mulţumindu-ţi pentru minunile pe car neîncetat le săvârşeşti cu noi, îţi grăim cu recunoştir.r. Bucură-te, Sfinte Părinte Efrem, diamant înrourat cu . mină, trecut prin focul sfintelor pătimiri!

Stih: Preablândule Părinte Efrem, miluieşte-ne rv noi cei împovăraţi de amarul mâhnirii, ridicându-ne întru seninul bunelor nădejdi.

Cu boarea sfinţeniei tale mângâi sufletele întristate şi cu rouă cuvântului adapi inimile însetate de Adevăr, Sfinte Părinte Efrem, înnoindu-i lăuntric pe cei care te îndrăgesc şi-ţi cinstesc ostenelile muceni- ceşti. Adumbreşte-ne necurmat cu harul tău, Preacuvioase, ca fără de încetare să te avem mijlocitor înaintea Blândului şi Preaputemicului Dumnezeu şi să-ţi fim recunoscători că prin ploaie de lacrimi curăţeşti şi îmbunezi sufletele noastre.

Slavă…

Ocrotire şi har neîmpuţinat dăruieşti cinului preoţesc, dumnezeiescule Părinte Efrem, adeverind outerea cea neţărmurită a Sfintelor Taine prin care Hristos-Domnul mântuieşte şi îmbrăţişează firea omenească. Miluieşte, Sfinte Efrem, pe preoţii noştri ru lumina cea lină şi preacurată a Duhului Sfânt, ca orin ei să primim şi noi darul Sfintelor Taine şi înnoin- iu-ne lăuntric, să cunoaştem că eşti viaţă şi liturghie nucenicească ucigătoare de moarte.

*Şi acum**…,** a Născătoarei de Dumnezeu:*

Giuvaer nepreţuit care împodobeşte firea omenească te avem pe tine, Preasfântă Născătoare de Dumnezeu, acoperind şi tămăduind cu darurile tale chipurile noastre mult sluţite de păcat. Vindecă, Preacurată, toate mâhnirile şi bolirile sufletului şi fă-ne purtători ai bucuriei întrupării lui Dumnezeu, ca astei să ni se înnoiască vieţile, iar făptuirea noastră să se întoarcă întru lumina lui Dumnezeu.

Apoi:

Sfinte Dumnezeule, Sfinte tare, Sfinte fără de moarte, miluieşte-ne pe noi *(de trei ori).*

Slavă Tatălui şi Fiului şi Sfântului Duh. Şi acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

Preasfântă Treime, miluieşte-ne pe noi. Doamne, curăţeşte păcatele noastre. Stăpâne, iartă fărădelegile noastre. Sfinte, cercetează şi vindecă neputinţele noastre, pentru numele Tău.

Doamne miluieşte *(de trei ori).*

Slavă Tatălui şi Fiului şi Sfântului Duh.

Şi acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

Tatăl nostru, Care eşti în Ceruri, sfinţească-se numele Tău, vie împărăţia Ta, facă-se voia Ta, precuir în Cer, aşa şi pe pământ. Pâinea noastră cea de toate zilele dă-ne-o nouă astăzi şi ne iartă nouă greşealele noastre, precum şi noi iertăm greşiţilor noştri. Şi rene duce pe noi în ispită, ci ne mântuieşte de cel rău

Preotul: **Că a Ta este împărăţia, puterea şi slava ; Tatălui şi a Fiului şi a Sfântului Duh, acum şi pururee şi în vecii vecilor. Amin.**

Apoi troparele, glasul al 6-lea:

Miluieşte-ne pe noi, Doamne, miluieşte-ne pe ro. că, nepricepându-ne de nici un răspuns, această rugăciune aducem Ţie, ca unui Stăpân, noi, păcătrs: robii Tăi, miluieşte-ne pe noi.

Slavă Tatălui şi Fiului şi Sfântului Duh.

Doamne, miluieşte-ne pe noi, că întru Tine am nădăjduit; nu te mânia pe noi foarte, nici pomeni fărădelegile noastre, ci caută şi acum ca un milostiv şi ne izbăveşte pe noi de vrăjmaşii noştri, că Tu eşti Dumnezeul nostru şi noi suntem poporul Tău; toţi lucrul mâinilor Tale şi numele Tău chemăm.

Şi acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

A Născătoarei de Dumnezeu:

Uşa milostivirii deschide-o nouă, binecuvântată Născătoare de Dumnezeu Fecioară, ca să nu pierim :ei ce nădăjduim întru tine, ci să ne mântuim prin tine din nevoi, căci tu eşti mântuirea neamului creştinesc.

Preotul zice ectenia: Miluieşte-ne pe noi, Dumnezeule... la care ti pomeneşte pe cei pentru care se face paraclisul. Dacă paraclisul se săvârşeşte fără preot, aici vom zice: Sfinte Părinte şi Mare Mucenice Efrem, Mare Tămăduitor şi Făcător de minuni, milostiveşte-te spre robii ăi aceştia... şi pomenim numele celor pentru care ne "jgăm. Doamne miluieşte (de 12 ori).

Şi se face otpustul:

Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, rentru rugăciunile Preacuratei Maicii Tale, ale Sfân- -_iui Efrem cel Nou şi ale tuturor Sfinţilor, miluieş- =-ne şi ne mântuieşte pe noi. Amin.

RUGĂCIUNI DE ALINARE SI TĂMĂDUIRE
PENTRU CEI MÂHNIŢI SI DEZNĂDĂJDUITI

Rugăciune către Sfântul Efrem cel Nou
pentru iertarea celor ce ne-au rănit în multe feluri

Sfinte Părinte Efrem, apăsarea gândurilor şi mâhnirea mă îndeamnă să vin către tine, căci de multă vreme port înlăuntru povara ce acum mă striveşte Durerea şi întristarea mi s-au făcut ca o casă şi numai în ea îmi place să locuiesc, ca să-mi fac mai mult rău şi să îmi fie şi mai greu. Ştiu că această dispreţuire de sine este vătămătoare şi nu face nimic altceva deci că mă duce din întristare în mâhnire, din mâhnire în deznădejde şi din deznădejde, la gânduri de sinucidere Când vreau să mă ridic din această suferinţă, ir suflet îmi revin toate cuvintele şi faptele rele cu care am fost rănit de unii sau de alţii. Copacul puternic ţine piept vântului, dar cel subţire poate fi dobori: ori rupt. Eu nu mă număr printre cei puternici si pricep că nu pot face faţă acestor puteri întunecate de gând. Tu însuţi păzeşte-mă de suflarea cugetelor reie şi învaţă-mă să-mi păzesc mintea prin îndeletnicire: cu cuvintele Sfintei Evanghelii. Ajută-mă să îi iert pe toţi cei ce mi-au greşit prin cuvânt sau faptă şi să fiu îngăduitor şi înţelegător, pentru că şi ei, ca şi mine sunt oameni trecători pe acest pământ şi toţi aveir trebuinţă de iertare şi îngăduinţă.

Ridică mintea şi inima mea din depresie, Preabunule Părinte Efrem, ca, luminându-se toate cu lumina credinţei şi a nădejdii, să dobândesc înţelegere şi dragoste curată atât pentru mine, cât si pentru cei ce mi-au făcut rău. Şi astfel, sporind eu întru tot gândul bun şi luminos, să mă întremez sufleteşte şi, învrednicindu-mă a mă împărtăşi cu Trupul şi Sângele lui Hristos, cu recunoştinţă să pot să-l grăiesc Părintelui Ceresc: „Iartă-mi mie greşelile mele, precum şi eu iert greşiţilor mei". Fie ca prin lucrarea cea tainică şi covârşitoare a dragostei tale, preablândule Efrem, toate acestea să se împlinească desăvârşit în viaţa mea. Amin.

Rugăciune a părinţilor către Sfântul Efrem cel Nou
pentru copiii sau tinerii care sunt biruiţi uşor de tristeţe

Preabunule Părinte Efrem, venim către tine, aducându-i înaintea ta pe fiii şi fiicele noastre care adeseori sunt cuprinşi de supărări şi întristare. Mintea lor încă nu este coaptă spre a pomi pe marea acestei vieţi; de aceea, te rugăm, sporeşte tu în ei puterea de a înţelege lucrurile drept, ca, dobândind tainica înţelepciune, în duhul şi adevărul Evangheliei să călătorească prin această viaţă pământească.

Luminează desăvârşit zilele copilăriei şi ale tinereţii lor, făcându-i părtaşi

strălucirii dumnezeieşti a Sfintelor Taine, iar atunci când vor fi cuprinşi de întristare, te rugăm să le fii aproape spre buna lor povăţuire. Tămăduieşte-le rănile lăuntrice şi povara ce o poartă, fie că este moştenită de la noi ori obiceiurile noastre sau ale lumii, fie că este dobândii dintru a lor voire şi lucrare. Şi şopteşte şi plineşte în inimile lor tot ceea ce noi nu putem ori nu ştim ca să le grăim, ca şi ei, şi noi să izbândim dimpreună cu tine întru purtarea crucii acestei vieţi pământeşti.

Fie ca prin dragostea ta dumnezeiască să călatorim toţi cu bine prin puţinele zile ale acestei vie: pământeşti, iar la plinirea vremii noastre să te avem întâmpinare blândă şi călăuză sfântă către Patria cea de Sus, luminată de strălucirea Preasfintei Treimi, Tatăl, Fiul şi Duhul Sfânt. Amin.

Moaştele Sfântului Efrem cel Nou

Rugăciune către Sfântul Efrem cel Nou
a celui care se întristează ori se înfricoşează adeseori

Bunule Părinte Efrem, foarte adesea minte: mea este cuprinsă de întristare şi mi se pare că inima îmi e ca o frunză bătută de vânt, ce este cu totul nestatornică. Puţina linişte pe care o am mi se spulberă la cea mai mică frică pe care o întâmpir şi, puţin câte puţin, această simţire se preschimbă în spaimă şi panică. Acestea cuprinzându-mă, mă paralizează cu totul, iar sufletul meu se simte pierdu: şi al nimănui. Doar cuvintele de rugăciune ma; domolesc întrucâtva această stare şi îmi îngăduie să răsuflu în întunericul şi spaima ce mă cuprind. Ajută-mi şi mie cu grăbire, Sfinte Părinte Efrem, căci nu ştiu ce să mai fac şi la cine să mai merg. Tu înţelegi mai bine ca oricine starea în care mă aflu, pentru că ţie ţi-a fost înmiit mai greu atunci când te batjocoreau, te schingiuiau şi te ucideau acei oameni cu inimi păgâne. Pune şi în inima mea o picătură din răbdarea şi tăria ta mucenicească şi astfel,

tămăduieşte-mă şi întremează sufletul meu cel zdrobit de pătimirea fricii şi a mâhnirii. Deschide-mi şi mie cale senină, spre a împlini în viaţa mea învăţătura Evangheliei, şi mă izbăveşte de toată slăbiciunea şi nestatornicia minţii şi a inimii. Ajută-mă să înţeleg din viaţa şi pătimirile tale care este puterea poruncilor Domnului Hristos, ca şi eu, împlinindu-le după putere, să dobândesc măcar şi puţin dintru dragostea şi înţelepciunea ta nepieritoare. Pentru marea şi nespusa ta bunătate, fii şi mie prieten, dumnezeiescule Efrem, împreună- călătorind cu mine în răstimpul vieţuirii pământeşti, ca, povăţuindu-mă şi luminându-mă în chip tainic, să pot ajunge în împărăţia cea Veşnică, unde străluceşte de-a pururi cu razele dragostei Preasfânta şi de viaţă făcătoarea Treime, Tatăl, Fiul şi Duhul Sfânt. Amin.

Rugăciune către Sfântul Efrem cel Nou a celui cu multe neîmpliniri şi răni sufleteşti

Sfinte Părinte Efrem, am aflat că milostivirea ta se arată cu grăbire spre cei aflaţi în mare neîmplinire ?. în sfâşiere lăuntrică şi de aceea am cutezat să te caut şi să te rog să îmi asculţi şi mie durerea. Încă din copilărie, mi-a fost dat să văd la oameni, în loc de fapte şi cuvinte bune, lucruri şi cuvinte care sunt ale întunericului . Iar pe aceşti oameni nu numai că i-ar văzut, ci mi-au făcut mult rău, cotropindu-mi viau cu faptele, cuvintele şi relele lor obiceiuri. Cu muiti amărăciune mărturisesc că, în alcătuirea vieţii melc am văzut adeseori feţe de oameni care, prin faptele lor, aveau chipuri de fiară, făcându-se astfel ei înşie biruinţe ale urii, răzbunării, dezbinării şi relei voinţe Toate acestea mi-au rănit şi mi-au schilodit sufletul, ia: această stare lăuntrică îmi este ca o vatră sufletească Orice fac şi orice doresc, tot la ea mă întorc, în felul acesta pridnuindu-mi eu însumi mai mult chin. Vine tu, preamilostivule Efrem, şi, întinzând mâna ta cea sfântă, ridică-mă cu putere şi mă tămăduieşte dir această stare de plângere şi durere. Cred cu adevăra: că poţi săvârşi aceasta, căci dragostea ta fără seamăr este nemăsurat mai mare decât toate urâciunile care mi-au fost date să le văd, aud ori pătimesc. încă cred că prin puterea Duhului Sfânt cunoşti mai bine decât mine tot ceea ce este înlăuntrul meu, şi de aceea te rog, coboară până în tainiţele cele mai adânci ale inimii şi dezrădăcinează de acolo toată moartea, urâciunea şi păcatul, ca sămânţa lor să nu-mi ruineze si distrugă si viata aceasta pământeasca, si pe cea viitoare. Iar cu nespusa ta blândeţe, deschide-mi calea spre Sfânta Spovedanie, ca, mărturisindu-mă toate rănile lăuntrice, să mă slobozesc de puterea lor vătămătoare şi să pot şi primi dumnezeiescul Trup şi Sânge al Mântuitorului Hristos, care, prin puterea învierii, tămăduieşte cele mai ascunse ale omului şi ridică spre lucrare şi viaţă nouă pe toţi cei care îl primesc cu frică de Dumnezeu, cu credinţă şi cu dragoste. Fă, Sfinte Efrem, ca

minunata şi tainica ta îmbrăţişare să îmi fie călăuză în drumul spre viaţa veşnică, ca şi prin umilele mele fapte şi cuvinte să se slăvească puterea Dumnezeului nostru, Preasfânta Treime, Tatăl, Fiul şi Sfântul Duh. Amin.

Rugăciune către Sfântul Efrem cel Nou
a celui care nu-şi găseşte rostul în lumea aceasta

Sfinte Părinte Efrem, amărăciunea în care mă aflu mi-a fost călăuză spre tine. Am auzit că vii grabnic în ajutorul celor care nu şi-au aflat nici un rost pe pământ şi de aceea te rog, ia aminte şi la mine, chiar dacă n-am nid un bob de credinţă. Am obosit să tot văd cum voia omului aduce atâtea urâciuni pe

pământ şi de aceea mi-am zis că de fapt Dumnezeu nid nu există. Cumplit este acest gând, dar mai cumplită este o lume fără Dumnezeu, în care totul alunecă spre moarte şi nimicnide. Este cu neputinţă ca moartea să fie sfârşitul a toate, pentru că, în adâncul lui, omul nu îşi doreşte nidodată să moară, d să fie veşnic. M-am uimit mult aflând că tu eşti viu. chiar dacă ai trăit acum cinci veacuri, însă minunile tale adeveresc că n-ai murit. Dacă tu ai biruit moartea, cu toate că ai fost uds mişeleşte, înseamnă că până acum nu încetezi să îţi împlineşti menirea pe care ţi-a rânduit-o Domnul. Aşadar, ai găsit o cale de a afla cu adevărat dne eşti şi care e rostul tău în lume. Tocmai de aceea, te rog, grăieşte şi inimii mele şi lămureşte-mi gândurile şi întrebările cele mai tainice. Ajută-mă şi pe mine să pricep că fiecare om - asemenea ţie şi mie - a fost zidit printr-un anume cuvânt al Sfintei Treimi, iar taina care s-a săvârşit la aducerea noastră în fiinţă este pecetluită cu darurile cu care ne-a înzestrat Dumnezeu pe fiecare. Fii şi mie prieten şi sfătuitor, Sfinte Efrem, înţelepţin- du-mă să pot pricepe nu numai că Dumnezeu nu are pe nimeni, nidodată, de pierdut, d şi că poate să deschidă fiecăruia o cale spre El. Amin.

Rugăciune către Sfântul Efrem cel Nou
a celui biruit de deznădejde

Sfinte Părinte Efrem, inima mea e sfâşiată de durere şi de amărădune şi nu ştiu ce cuvânt să aduc înaintea ta. Nimic nu mă mai bucură în această viaţă, iar poverile şi suferinţele cele lăuntrice îmi sunt ca o băutură otrăvitoare şi cumplit de amară. Nu-L mai desluşesc pe Dumnezeu în nimeni şi nimic şi mă simt ca un om care e omorât de propriile gânduri. Izbăveşte-mă, Sfinte, de această asuprire diavolească, căd nu mai pot răbda mâhnirea şi urâciunea aceasta ce-mi soarbe vlaga şi toată puterea de viaţă. Tu i-ai văzut pe batjocoritorii şi udgaşii tăi şi ai răbdat nenumărate schingiuiri şi urâciuni din partea lo: dar prin dragostea ta pentru Dumnezeu, ai rămas neclintit în credinţă, înfruntând acea privelişte di iad. Cu totul m-am slăbănogit, iar din multa durere lacrimile nu le mai pot opri. Nu am la cine să merg nu este cine să mă audă, nu este cine să mă mângâie nu este cine să-mi spună o vorbă bună. Fă-te tu toate acestea pentru mine, Sfinte Efrem, şi aşa cuir eu nu ştiu, tămăduieşte şi limpezeşte sufletul meu ridicându-mă întru nădejde şi lumină. Ştiu că e de necuprins cu mintea toată pătimirea ta mucenicească şi tocmai de aceea te rog pe tine, căci ştiu că ai răbda: urâciuni nemăsurat mai mari decât ceea ce rabd eu acum. Fie-ţi milă de mine ca de un frate mai mic ş: foarte neputincios şi rânduieşte în aşa fel, încât prir această durere pe care o trăiesc acum să cunosc ma: bine ostenelile tale mucenicești şi ceea ce înseamnă purtarea de fiecare zi a crucii. Amin.

Rugăciune de încredinţare în mâinile Sfântului Efrem cel Nou

Sfinte Părinte Efrem, vin acum înaintea ta şi printre suspine şi lacrimi, îţi pun înainte noianui meu de durere. Atâta amar al păcatului am băut şi cu atâtea necazuri m-am adăpat, încât simt că mai este puţin şi va ieşi sufletul din mine din pricina mâhnirii. Ce să mă mai fac, nicicum nu ştiu. Toate căile mi s-au împotmolit, iar sufletul mi-e schingiuit de suferinţă. Nu mai am nici o fărâmă de nădejde şi, dacă ar fi cineva să mă poată asculta şi înţelege, aş vrea să vărs din inimă toată sfâşierea care mă copleseste. De aceea, bunule Părinte Efrem, am venit inaintea ta, căci am auzit că tu îi primeşti la pieptul tău pe cei care sunt socotiţi nişte rataţi, oameni de nimic şi gunoaie ale acestei lumi. Nu ştiu, poate că aşa m-am făcut prin toate faptele şi căile ce le-am urmat şi poate că şi sunt vrednic de toate aceste cuvinte. Dar şi eu, ca oricare om de pe acest pământ, sunt făcut după chipul lui Dumnezeu, iar inima mea suspină fără încetare. Unde să mai merg, cum să mă ascund, ce să mai fac ca să scap de această durere lăuntrică care mă înnebuneşte cu totul? Tu ştii, dintru mucenicia ta, cât este de istovitoare această suferinţă şi de aceea vreau ca ţie să îţi încredinţez taina mea. Unii aduc daruri la tine la mănăstire, alţii te laudă în cuvinte frumoase, alţii vestesc în lume viaţa şi minunile tale, alţii îţi închină pruncii lor, însă eu nu-ţi pot da nimic din toate acestea. Sunt vai de capul meu, cu totul gol, lipsit şi pustiu. Tot ce am este această sfâşiere şi mâhnire înfricoşătoare, această suferinţă care mă zdrobeşte cu totul şi-mi ia şi puţina vlagă pe care o mai am. De aceea, în loc de vreun oarecare dar, îţi încredinţez sufletul meu, cu tot ce este în el. Ştiu că tu nu mă judeci şi mă primeşti aşa cum sunt şi nu te sperii de mulţimea răutăţilor şi a durerii mele. De aceea, iată, sufletul meu îl încredinţez în mâinile tale, în numele Tatălui şi al Fiului şi al Sfântului Duh. Fă cu el tot ceea ce îi este folositor spre bună împăcare şi nădejde, în aşa fel încât la sfârşitul acestei vieţi pământeşti să te pot vedea faţă către faţă şi cu recunoştinţă să te pot îmbrăţişa cu îmbrăţişare nepieritoare. Amin.

Rugăciune de mulţumire către Sfântul Efrem cel Nou
a celui izbăvit din depresie

Bun şi preadăruitor te-ai arătat şi către mine. Mare Mucenice Efrem, şi nu am cuvinte ca să-ţi mulţumesc pentru schimbarea mea lăuntrică ce a început să se săvârşească. Dacă înainte vreme toate îmi erau întunecate şi posomorâte, acum au început să se preschimbe prin tainica ta prezenţă şi lucrare. Nădejdea şi bucuria de a trăi, aproape că le uitasem, însă acum au răsărit mult mai frumoase, deoarece simt însorite de chipul tău. Lumea şi oamenii s-au umplut de lumină, pentru că tu, Preacuvioase Efrem, ai revărsat lumină în ochii mei cei sufleteşti. Dorinţa de a-mi împlini rostul pe acest

pământ, lucrând întru cele bineplăcute lui Dumnezeu, am început să o văd ca pe ceva ce se poate plini curând. Acesta este tot darul tău, cel care prin puterea Sfântului Duh cunoşti şi împlineşti cererile cele mai tainice ale omului. Mă plec până la pământ înaintea ta şi-ţi mulţumesc pentru minunata bunăvoinţă ce o ai şi către mine. Ajută-mă şi de acum înainte şi uneşte mintea şi inima mea cu învăţătura Evangheliei lui Hristos, ca, înnoindu-mi-se sufletul din temelii, să pot purta în făptura mea umilă Sfântul Trup şi Sânge al Mântuitorului, Dumnezeu-Omul, Care Şi-a dat viaţa pentru noi toţi. Sporeşte-mi credinţa, Sfinte Efrem, şi ajută-mă să înţeleg cuvintele dumnezeieşti ale Evangheliei din însăşi lucrarea lor, ca prin aceasta să mă fac următor ţie, tot aşa cum tu te-ai făcut următor lui Hristos Domnul. Iar când vânturile nestatorniciei şi ale vechilor gânduri de deznădejde mă vor bântui din nou, te rog să-mi fii şi atunci alături şi să mă ajuti să înţeleg că Domnul le îngăduie ca eu să dobândesc bărbăţie în lupta cu ele. Şi chiar de voi mai şi cădea nu mă voi teme, că mă voi ridica, pentru că ştiu că prin puterea Duhului Sfânt, Mângâietorul, nu mă vei părăsi nidodată, ci vei rămâne cu mine. Odihnă preadulce şi mângâiere desăvârşită primită prin Evanghelie eşti pentru mine, dumnezeiescule Efrem, căd întru faptele şi dăruirile tale am văzut cum se împlineşte cuvântul Fiului lui Dumnezeu, Care zice: „Mai mare dragoste decât aceasta nimeni nu are, ca sufletul lui să şi-l pună pentru prietenii săi" (Ioan 15, 13). Pentru nespusa ta prietenie nu pot decât să-ţi mulţumesc din toată puterea sufletului şi nădăjduiesc ca de acum înainte să-mi ajuţi să duc o astfel de viată, încât la sfârşitul veacurilor să mă învrednicesc veşnic de apropierea ta. Fie ca tu să îmi fii alături în toată vremea ostenelilor pământeşti, ajutându-mă să împlinesc poruncile Evangheliei, ca să se preamărească şi întru mine numele Tatălui şi al Fiului şi al Sfântului Duh. Amin.